

The background of the entire page is a photograph of a landscape during the "golden hour" of sunrise or sunset. The sky is a soft, hazy mix of orange, yellow, and light blue. In the foreground and middle ground, there are several bare, dark trees with thin branches, their forms softened by the mist. The overall mood is peaceful and contemplative.

Luule Viilma

Alungă răul din tine

Învată să te ierți



Seria "Învăță să te ierți" se bucură de un veritabil succes în Rusia, Ucraina și țările baltice, aflându-se pe primele locuri în topul cărților ce ne ajută să evoluăm spiritual și în inimile cititorilor.

Cărțile doamnei Luule Viilma au creat un adevărat curent de gândire și au ajutat foarte multă lume să se vindece fizic și spiritual.

Este o carte despre posibilitățile nelimitate de a ierta
și despre neîngrădirea iubirii,
despre căldura sufletească,
lumina sufletească,
puritatea sufletească
și binecuvântarea sufletească.

EDITURA

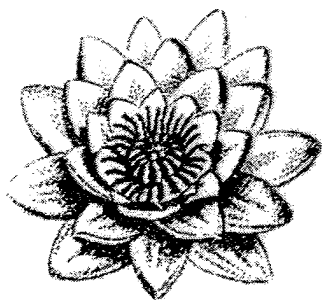


DHARANA



ALUNGĂ RĂUL DIN TINE

Luule Viilma



Este o carte despre posibilitățile nelimitate de a ierta și
despre neîngrădirea iubirii, despre puritatea sufletească,
lumina sufletească, căldura sufletească și
binecuvântarea sufletească.

Iertarea este dorința de a sta de vorbă, dorința
de a iubi necondiționat.

Dorința de a uni într-un tot perfect
spiritul și trupul.

Iertarea este puritate sufletească.

Primește adevărul lui Dumnezeu – iertarea
și vei vedea cum sufletul și spiritul tău se ating.
Aceasta este lumina sufletului.

Gândul este energie.

Energia are conștiință.

Cine are conștiință, cu acela poți comunica.

Gândul negativ este ca un învățător.

Dacă elevul înțelege ce îl învață învățătorul său,
va deveni mai înțelept.

Dacă învățătorul vede că elevul său
A devenit mai înțelept, înseamnă că el
și-a terminat treaba și se dă la o parte.

Tot așa se eliberează și gândirea negativă.

Și va dispărea și boala, ea nefiind decât
suma gândurilor negative.

Priceperea de a-ți asculta propriile gânduri
te va ajuta să treci cu bine chiar și
peste unele situații de viață foarte
complicate și foarte periculoase.

ALUNGĂ RĂUL DIN TINE

Luule Viilma

Traducere de
Georgeta Timcu



Editura Dharana
București
2008

© Luule Viilma 1997

Translation Copyright © 2006 Editura DHARANA

Toate drepturile asupra versiunii în limba română aparțin Editurii DHARANA. Reproducerea integrală sau parțială a textului sau a ilustrațiilor din această carte este posibilă numai cu acordul Editurii DHARANA.

Editura Dharana Bucuresti

Str. Sfanta Ecaterina nr.15, sect.4, O.P. 53

Tel: 021-337 24 24

e-mail: editura@gmail.com

Coperta colecției: Mihai Marinescu

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României
VIIILMA, LUULE

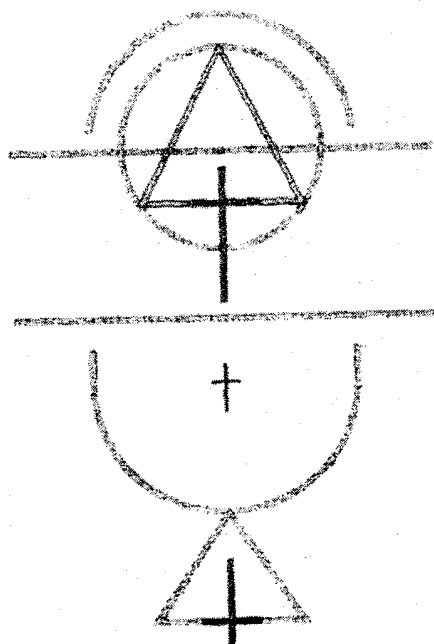
Alungă răul din tine / Luule Viilma ; trad.: Georgeta Timcu. - București : Dharana, 2007
ISBN 978-973-8975-13-2

I. Timcu, Georgeta (trad.)

159.961

Pe pagina următoare este reprezentat
Semnul Cosmic pentru Protecția Cărții.

Se dedică celor care vor să înțeleagă



Binecuvântarea sufletului

Alungă răul din tine

Dacă cel care a pășit pe calea spiritului
vrea să obțină un succes real,
nu unul imaginar,
atunci,
fiece minut din viața lui de acum încolo,
fiece treabă de zi cu zi,
fiece gând iscat,
fiece dorință și impuls rațional
trebuie să fie subordonate acțiunii
care îi va dirija țelul în viață:
gândirii

Cine vrea să culeagă roadele ce cresc
în grădina pământească a învățaturii,
acela trebuie ca întreaga lui viață
să o transforme într-un neconținut
exercițiu.

Bo In Ra

Lecția civilizației

De ce se află omenirea în criză? Unde am greșit ca principiu? Se mai poate îndrepta ceva?

Astfel de întrebări sunt frecvente. Spaima în fața viitorului este extraordinar de mare. Vă voi răspunde pe scurt. Ca să mergi mai departe în viitor trebuie, și se poate, să-ți îndrepți trecutul. Trebuie doar să știi și să recunoști legile dumnezeiești ale naturii și să trăiești în armonie cu ele.

Această temă a fost dezbătută și în cartea anterioară. Am primit multe întrebări și obiecții, deoarece oamenii nu cred în propriile lor gânduri și nu înțeleg ce este aceea iubire. Haideți să ne lămurim împreună.

Omenirea există atunci când există femeie și bărbat. Oricâte lucruri neobișnuite și nemaipomenite am vrea noi să facem în viață, dacă nu există unitatea formată dintre o femeie și un bărbat, omenirea ar înceta să mai existe.

În această unitate trebuie să domnească ordinea. Un om care se respectă pe sine, își cunoaște locul în familie și are respect față de locul și atribuțiile celui alt. În același timp, această unitate constituie o uniune flexibilă și trainică ce nu poate fi distrusă nici de cele mai teribile încercări.

Dacă familia dispare, va dispărea și omenirea. Acesta este nivelul actual al civilizației.

Actuala criză a omenirii este criza materialismului. Materialism înseamnă puterea femeii, dar și puterea efeminată. Indiferent că în alte vieți am fost femeie sau bărbat, noi toți am apărut pe această lume pentru că aveam nevoie de această lecție.

Am vrut să vedem ce se întâmplă, dacă omul intră sub puterea obiectelor sau a bogăției.

Prin străduință, toți am realizat câte ceva, dar, doar cei bolnavi dau semne că ar renunța la bogăție pentru că, pentru ei, ea nu mai are nici o valoare, fiindcă se chinuie. Restul oamenilor aleargă orbește după mult râvnita bogăție.

Natura dumnezeiască este invincibilă și un tată bun îi dă copilului său posibilitatea să învețe, pe atât de dureros pe cât dorește, fiindcă știe că în final vor ieși învingătoare tot legile naturii.

Care este menirea bărbatului în natură și în familie?
Care este menirea femeii?

Menirea bărbatului este mișcarea, să meargă înainte, doar să meargă și să nu se oprească niciodată, pentru că cel care se oprește în fața obstacolelor, va dispărea. Dacă bărbatul merge, pentru mersul lui înainte natura l-a înzestrat cu bărbăție și, *fără să i se comande și fără a fi constrâns*, el face tot ce este bărbătesc.

Bărbăția înseamnă:

- să gândească;
- să organizeze viața economică,
- să conceapă copii.

Bărbatul trebuie să fie precum catargul cel mai înalt după care se aliniază celelalte. Catargul nu vorbește, dar el servește ca etalon. Fără catarg nu există corabie și în marea largă a vieții nu poți ieși cu barca.

Bărbatul este spiritul copiilor săi. Spiritul este forța motrice. Datoria bărbatului este să meargă înainte.

Bărbatul este capabil să meargă înainte atunci când există forță pentru asta — forța voinței.

De unde se ia această forță?

Alungă răul din tine

Se ia din inima femeii.

Să înțelegi cum trebuie! Este vorba despre iubirea sufltească, numită iubirea de aproape. Aceasta este iubirea desăvârșită dintre oameni, iubire cu care suntem din ce în ce mai economi și de care ne privăm din ce în ce mai mult.

Menirea femeii este să-și iubească soțul.

Soțul înainte de toate. Nimeni nu trebuie să fie mai presus decât soțul, nici chiar copilul. În împărăția lui Dumnezeu acționează legi ferme care nu trebuie și nu pot să fie schimbate. Soțul nu este mai important decât copilul, dar el este primul care trebuie iubit de către soție. Dacă ea crede altfel, va fi nevoită să sufere și își va condamna la suferință și proprii copii.

În sufletul ei, prin iubire, femeia trebuie să-și susțină în permanență și total soțul. Chiar în momentele cele mai critice ea este capabilă să dezmierde în suflet chipul soțului și să îl sprijine. Și dacă ea însăși va avea nevoie de ajutor, sprijinul soțului nu va întârzia să apară. Mă poate contrazice doar cine nu știe acest lucru, fie pentru că nici nu i-a trecut prin minte, fie că n-a avut ocazia să simtă forța atotbiruitoare a iubirii. Atunci când soția își iubește soțul, prin iubirea ei, ea îl alimentează cu forța voinței. Spatele bărbatului este simbolul acestei forțe.

Doamnelor! Uitați-vă cu atenție la spatele soțului dumneavoastră și urmăriți-vă sentimentele.

Dacă spatele lui este drept, puternic, frumos și excitant, asta se datorează iubirii dumneavoastră. Dacă spatele este adus, slab și bolnav, asta înseamnă că soția nu-l iubește îndeajuns. Mângâiați această spinare, spălați-o și cereți-i iertare pentru suferința pe care i-ați pricinuit-o. Iubiți-o!

O femeie care își iubește soțul, nu va fi niciodată nevoită să-și cheltuiască forțele pentru a face o muncă de bărbat.

O femeie care își iubește soțul, vede lumea în culorile adevărate și nu în tonuri șterse, așa cum ne-am obișnuit.

O femeie care își iubește soțul, nu va fi niciodată nevoită să îndure privațiuni, ea primește tot ce își dorește.

Femeia care iubește are o calitate specială – nu are nevoie de lucruri inutile. Ea este posesoarea celei mai mărețe comori din lume – iubirea.

Femeia care își iubește soțul, se unește cu el într-un tot de nedesfăcut. Ați auzit probabil de cupluri în care, la câteva zile sau săptămâni de la moartea soției, soțul părăsește și el această lume. Această femeie și-a iubit soțul până la uitare de sine. Acest bărbat n-a avut niciodată nevoie să-și tragă forța din altă parte. Când izvorul iubirii a secat, omul a murit de sete.

Dacă femeia își iubește soțul, unitatea lor desăvârșită va atrage ceva asemănător – doar perfecțiunea. Adică au copii perfecți și sănătoși, o viață sănătoasă și perfectă. Perfecțiunea, după cum se știe, nu înseamnă numai lucruri bune, ci un echilibru în continuă mișcare și perfecționare a binelui și a răului.

Copilul apare pe lume nu ca să iubească pe mama sau pe tata, ci pe mama și pe tata. Dacă soția își iubește soțul, soțul își iubește soția și, împreună, ei formează perfecțiunea. Acum poate să apară și copilul ca să-i iubească pe amândoi și pentru ca ei să-l poată iubi.

Părintele care își întreabă copilul: „Tu pe cine iubești mai mult, pe mama sau pe tata?”, îi traumatizează sufletul.

Alungă răul din tine

Când eu am ajuns la această înțelepciune, l-am întrebat direct pe un băiat de patru ani: „*Ce e mai bine, după părerea ta, când mama te iubește pe tine sau când îl iubește pe tata?*”

„*Pe tata*” – a răspuns el dintr-o suflare, fără să stea pe gânduri, și și-a ațintit privirea asupra mea cu o uimire neprefăcută: „*Cum se poate, tanti, să nu știi un lucru atât de important?*” Și chiar boala lui era pricinuită de spaima că *pe el nimeni nu-l iubește*. Copilul acesta era un veritabil purtător al binelui.

Am pus aceeași întrebare unor copii de vârste diferite. Cei mici aveau un singur răspuns clar – pe tata. Cei mai marișori, care învățaseră deja să se gândească la propriul avantaj, tăceau, dar în sufletul lor se dădea o luptă. După ce le-am sugerat răspunsul, au răsuflet ușurați. Copiii mari, aflați în relații bune cu părinții, răspundeau cel mai adesea: „*N-aș avea nimic împotrivă ca mama să-l iubească întâi pe tata*”.

Femeia modernă nu-și iubește în primul rând soțul, pentru că nu știe cât de bine este. Și nici nu va afla atâta timp cât va considera că iubirea înseamnă să te culci cu el, să fii grijulie, să-i fii fidelă, să-ți faci datoria și celelalte.

Femeia modernă dorește cu înfrigurare să fie iubită și o iubește toată lumea. Frica „*nimeni nu mă iubește*”, o obligă să facă cât mai mult bine cât mai multor oameni și, deseori, ultimul pe listă este chiar propriul soț...

Și numai când soțul încetează să existe:

- fizic – moare
- familial – părăsește familia
- sexual – devine impotent,

abia atunci bagă de seamă că obiectul despre care ea gândea că îi aparține a dispărut.

Dacă măcar atunci și-ar recunoaște greșelile! Dar, de regulă, apare furia, acuzațiile, regretul, setea de răzbunare și toate celelalte. Rareori ea își recunoaște greșelile. Femeia modernă luptă pentru locul ei în viață. Luptă fără să-și aleagă mijloacele. S-ar putea să iasă victorioasă, dar câtă valoare mai are jubilația victoriei, dacă viața ei este o ruină. Soțul nu mai poate fi recucerit.

Această afirmație a mea provoacă reacții diferite. Majoritatea femeilor sunt categorice: *Soțul este totuși un om matur și primește ce merită. Dacă nu, vina este a lui.* Să vă conving de contrariu, doamnelor, nu pot. Dar dacă vă gândiți mai bine și vreți cu adevărat să cunoașteți iubirea sinceră a unui om adevărat, dorința dumneavoastră se va îndeplini. Și abia atunci veți fi de acord că v-am spus adevărul. Dacă femeia își iubește în primul rând soțul, pe tatăl copiilor săi, atunci copiii lor nu au cum să fie bolnavi.

Încercați să vă dezvoltați sentimentele, iată cum: reprezentați-l în minte pe soțul dumneavoastră, așezați-l în suflet așa cum vi l-ați dori și lăsați-l acolo pentru totdeauna. Dacă vă place să-l simțiți alături, în mărime naturală, el va fi acolo nevăzut, dar perceptibil pentru dumneavoastră. De fiecare dată când vă veți aminti de el, să știți că atunci el are nevoie de iubirea dumneavoastră, pentru că îi este greu. Veți simți un șuvoi cald de iubire care trece din inima dumneavoastră în inima lui și veți simți că vă este bine. Anume în acel moment soțul și-a amintit cu dragoste de dumneavoastră. Acum înțelegeți de ce anume în acel moment.

S-a întâmplat să vină la cabinetul meu o femeie disperată, cu copilul în brațe. Copilul își pierduse cunoștința și avea convulsii. Medicina nu-l mai putea ajuta. Și atunci am fost nevoită să recurg la o măsură ieșită din comun.

Alungă răul din tine

I-am spus: „*Copilul dumneavoastră este bolnav pentru că dumneavoastră nu-l mai iubiți pe tatăl lui. Îl urâți pe acest om. Dacă acum, chiar aici, vă veți da seama că ați greșit și veți învăța să-l iubiți în primul rând pe tatăl copilului, chiar dacă sunteți divorțați, copilul va trăi. Dacă nu puteți, copilul nu va mai apuca ziua de mâine*”. Dumneavoastră ce ați fi făcut în locul ei? Ea nu citise cărțile mele, nu avea cunoștințe în domeniu și totuși mi-a ascultat sfatul. După câteva ore, convulsiile au încetat și a doua zi am început să analizez în detaliu boala și i-am dat de cap. Mama s-a dovedit a fi o femeie deșteaptă, a recunoscut că este o negativistă.

Dacă bărbații sunt înclinați să se folosească de povestirea mea pentru a arunca pe umerii femeii toate slăbiciunile, toate defectele și insuccesele lor, greșesc. Greșiți, dragii mei! Femeia poate să-l iubească foarte tare pe bărbatul ei, dar dacă el nu a primit educația cuvenită de la mama lui, dacă a moștenit frica *pe mine nimeni nu mă iubește* și de aici un comportament plin de răutate față de sexul feminin, el nu va ști nici să-și descopere fericirea și nici să o obțină.

Fiul unei femei depravate, fără nici un rost, nu va ști să-și înțeleagă soția. Va vedea în soție pe mama lui, ale cărei defecte le urăște. Pentru a-și îmbunătăți viața, el va dori să-și impună propria rânduială. De regulă, un astfel de bărbat nu are încredere în soție. Se va amesteca în toate fleacurile și n-o va lăsa să fie femeie și, treptat, se va naște în el gelozia.

Gelozia este măsura infidelității de care se folosește partea infidelă. Cu cât infidelitatea este mai mare, cu atât gelozia este mai puternică. Acest sentiment este totdeauna reciproc, deși, de regulă, cel puțin una dintre părți nu re-

cunoaște. Tortura tacită, reciprocă, sfârșește, de obicei, printr-o bătălie cruntă și prin distrugerea familiei, dacă cei doi soți îndărătnici nu știu să se elibereze de propriul ego.

Dar, după cum se știe, bărbatul nu poate să trăiască fără femeie și femeia fără bărbat. Și așa moare frumoasa iubire a femeii, fie că iubirea se duce, fie că se transformă în dușmănie. Un lucru este clar - soțul nu va avea parte de ea. Într-o astfel de situație, femeia poate să-și corecteze viața de familie, doar dacă învață să gândească corect și să aplice aceste cunoștințe din tot sufletul.

Dacă ambii soți prețuiesc familia și sunt capabili să facă față, rezultatul nu va întârzia să apară. Cu cât criza este mai mică, cu atât mai ușor se pot corecta greșelile.

Există și bărbați care se folosesc de hârnicia și de fidelitatea soției. Un bărbat a cărui mamă a fost indiferentă față de familie, a decăzut în desfrânare și alcoolism, se comportă față de femeie ca față de un obiect ce trebuie să fie umilit. Mama nu și-a iubit nici soțul, nici copiii, nu i-a insuflat fiului sentimentul propriei demnități. Un om fără demnitate începe să-și înecă durerea sufletească în alcool și să trăiască ca un parazit. Femeia care reușește, prin iubirea ei, să reeduce un astfel de soț trebuie să fie deosebit de puternică. Astfel de bărbați își caută o soție pe care să o poată umili. Și apoi, femeia asta vine la mine și mă întreabă: „*De ce trebuie să suport?*” Dar, „*draga mea, nu tu l-ai luat de bărbat?*” – o întreb eu. Și, de regulă, această femeie nu este la prima căsătorie.

Cel care vrea să înfrângă încăpățânarea celuilalt, poate să reușească, dar prin asta și-o înfrânge și pe a lui. Cei doi s-au ales unul pe celălalt, sufletele lor i-au adus să fie împreună, dacă ambii au vrut să învețe să trăiască unul prin celălalt. S-au dovedit a fi proști, n-au învățat și acum viața

Alungă răul din tine

îi învață pe ei, dar mult mai aspru. Cine își schimbă partenerii în felul acesta, își va aminti categoric de primul dintre ei, regretându-și prostia. Asta este lecția vieții. Și cum fiecare vine în viața asta ca să învețe acest adevăr înțelept, următorul partener îi va da posibilitatea să-și însușească și mai bine lecția de viață, dar deja la un nivel mult mai ridicat. Și asta va continua până când forțele pentru escapade amoroase vor seca și omul va trage niște concluzii din suferințele sale. Altfel, îl așteaptă pieirea.

Goana după fericire este dorința unei străluciri aparente, voluptate momentană și dobândirea unei experiențe superficiale de viață, lucru ce va fi plătit ulterior prin suferință. Dar, cum se zice, dă-i Doamne omului mintea cea de pe urmă. Cine se căsătorește pentru bani, va suferi din cauza lor. Dar, dacă un om bogat se căsătorește din dragoste și va continua să considere iubirea lucrul cel mai important din viață, el va deveni și mai bogat. Bogăția trebuie păstrată pentru că omul îi cunoaște prețul.

În general, mulți oameni nu sunt capabili de un sentiment profund pentru că părinții și părinții părinților lor nu au știut să iubească. Au știut să-și păstreze familia pentru a se îmbogăți și a-și păstra bogăția.

În ultima vreme, ocupându-mă de bolnavi, am văzut, prin ei, pe părinții, bunicii-bunicele, străbunicii – străbunicele lor și mi s-a confirmat o concluzie tristă. Trebuie să recunosc că dacă printre 1000 de persoane găsesc o singură bunică ce și-a iubit soțul cu dragoste curată, desăvârșită, de om al lui Dumnezeu, sunt fericită. Mă bucur că am avut norocul să văd asta cu ochii mei.

Dragi soții și soți! Știu că vă simțiți jigniți pentru că vă socoteați iubitori, dar, dacă mă credeți, analizați-vă launtric și găsiți greșelile care trebuie îndreptate. Dacă trupul

dumneavoastră reacționează prin însănătoșire, înseamnă că v-ați corectat cum trebuie greșelile. Dați afară acel stres prin care învinovați pe alții și cereți iertare trupului dumneavoastră pentru că prin cultivarea stresului i-ați pricinuit multe suferințe.

Mama care n-a știut să iubească familia soțului ei, se află în conflict cu copiii, pentru că, fără să fie conștienți, aceștia o găsesc pe ea vinovată. Ei nu știu să exprime acest lucru, dar nervozitatea și capriciile lor vorbesc de la sine. Câtă vreme familia este încă întreagă și în certurile familiale predomină înjurăturile tatălui, copiii îl vor învinovați pe el. Dacă tatăl este prea moale și cedează, va fi socotit vinovat tot el. Chiar și copilul care nu-și cunoaște tatăl poate să-l urască, dar, de regulă, o urăște și pe mama sa. Dacă copilul este agresiv, părintele o merită. Faptul că părinții nu vor să recunoască, este o altă treabă.

Dacă părintele la care a rămas copilul după destrămarea familiei intenționează să-l transforme pe acesta în armă contra celuilalt, chiar dacă la început e posibil să-și atingă scopul, el comite o crimă. Tatăl este spiritul copilului, mama este sufletul lui. Priviți-vă din afară și imaginați-vă că cineva rupe din dumneavoastră spiritul și sufletul și apoi, sub amenințare, le ține despărțite. Dar ele sunt spiritul și sufletul dumneavoastră pe care le iubiți atât de mult și de dragul lor ați apărut pe lume. Numai ele vă sunt trebuincioase și doar avându-le pe amândouă puteți fi în viață.

Spiritul este cel care merge înainte. Numai el este viața veșnică.

Sufletul hrănește spiritul. Viața fără suflet este un chin.

Dragi părinți! Pe care dintre ele ați fi de acord să le dați?

Alungă răul din tine

Și acum gândiți-vă ce i-ați făcut copilului dumneavoastră.

Tatăl sau mama care au părăsit această lume vin la copilul lor de câte ori doresc. Spiritul vine numai când este nevoie de ajutor. Omul viu este însă nevoit să stea în fața unor uși închise. Exact în această situație se află și spiritul sau sufletul copilului dumneavoastră... Și dacă spuneți că el însuși nu vrea să vină, mai gândiți-vă la rolul pe care l-ați jucat în distanțarea lui și corectați-vă greșeala. Niciodată nu este vinovată doar o singură parte.

Exemplu din viață

O fetiță de 19 ani, o frumusețe de fată, nu-și văzuse tatăl de peste 10 ani și și-l imagina ca pe un monstru, pentru că așa îl descrieseră ceilalți. După ce s-a eliberat, prin multă perseverență, de acest stres, a simțit că trebuie să-și caute tatăl și l-a găsit.

„Am intrat în camera tatălui meu și, știți, am văzut un bărbat absolut obișnuit, numai că arăta mai bătrân, era slăbit și obosit. Am stat mult de vorbă. Închipuiți-vă că cu tata am putut vorbi despre iubire, dar cu mama —nu. La plecare, am simțit dorința să-l îmbrățișez. L-am îmbrățișat și el a început să plângă.... Tata!” În timp ce îmi povestea, de fericire, fata nici nu a observat de câte ori a repetat cuvântul „tata”!

Această fată s-a însănătoșit repede. Dar cea mai mare fericire pentru ea a fost faptul că a început să se uite la bărbați ca la niște oameni. Înțelegea că nu știe să se comporte cu un bărbat cum ar fi făcut-o o fată cu o viață normală de familie. A promis că va învăța sânguincios. Dacă din familie lipsește tatăl, fiica nu va ști să-i fie soție soțului

ei, iar fiul rămas cu mama lui va deveni ca o femeie. Le lipsește experiența vieții de familie.

Viața sufletească a bărbaților este mai fragilă. Fiul despărțit cu forța de tatăl său se separă de spirit. Bărbatul trebuie să fie în viață un înaintemergător. Dar cum poate acest băiețuș să devină mergător? Conștiința lui nu este capabilă să se concentreze, el nu are scopuri în viață. Dacă el este în permanență dojenit, tristețea lui inițială se va transforma treptat în răutate și în dorința de a se autoafirma, chiar și pe partea rea.

Atunci când copilul este învățat să-și urască tatăl, este învățat de fapt să-și urască spiritul. Când este învățat să-și urască mama, este învățat să-și urască sufletul.

Cine își urăște tatăl, acela urăște sexul masculin. Cine își urăște mama, urăște sexul feminin.

Iubindu-și tatăl, fiica învață să-și iubească soțul. Fiul care își iubește mama învață să-și iubească soția.

Dacă fiica se supără pe mama sa, se va supăra în același timp pe sine. Dacă fiica își urăște mama, automat ea se va urî pe sine și va urî și sexul feminin, întrucât mama sa este femeie.

Dacă fiul se supără pe tatăl său, se va supăra și pe sine. Dacă își urăște tatăl, automat se va urî și pe sine și va urî sexul masculin, întrucât tatăl său este bărbat.

Doamnelor! Cel mai bine ar fi să-i cereți iertare soțului, să cereți iertare copiilor; treceți peste cruzimea soțului și iubiți-l din nou, chiar dacă nu mai este lângă dumneavoastră. Tatăl copiilor are nevoie de dragostea dumneavoastră sufletească, măcar în numele vieții copiilor. O căsătorie distrusă nu mai poate fi refăcută, dar trebuie să vă

Alungă răul din tine

înțelegeți greșelile. Prin recunoaștere și prin conștientizarea greșelii vine și înțelegerea, ca și cum lecția ar fi fost deja învățată.

Domnilor! Iertați-le pe mama și pe soția dumneavoastră că nu au știut să-și îndeplinească cea mai importantă datorie din viața unei femei – să-și iubească soțul. Iertați-le, pentru că femeia așteaptă în primul rând iubire din partea bărbatului și nu înțelege că, înainte de a putea da iubire, el trebuie să o fi primit. Oricum el își va cheltui forța fizică, fără să ceară voie.

Copii! Iertați-le pe mama voastră și pe bunicele voastre pentru greșelile lor. Dacă nu veți face acest lucru, veți suferi chiar voi, deoarece tatăl este spiritul vostru, iar mama – sufletul. Dacă în voi aceste două ipostaze sunt învrăjbite, nu veți putea merge înainte în viață și nu veți avea liniște sufletească.

Femeia care știe să gândească corect, îndreaptă greșelile făcute de mama sa și de soacră.

Bărbatul care știe să gândească corect, știe să aștepte și, pe partea lui, știe să-și ierte mama, soția și soacra.

Bărbatul se înrăiește numai atunci când nu poate avansa în viață. Nu poate merge înainte atunci când nu are forță. Izvorul forței se află exact în inima femeii.

Când femeia și bărbatul se căsătoresc și bărbatul începe imediat să se poarte urât cu ea, conform educației primite de acasă, inima femeii se va închide pentru totdeauna. Și acești oameni nu se vor putea înțelege niciodată la nivelul iubirii. Dacă rămân totuși împreună, nu le rămâne decât munca. Este oare suficient? Asta este o altă problemă. Să le vorbești amândurora despre iubire este inutil. Cu fiecare

în parte ar fi posibil. Cine neagă esența energetică a bolii, adică faptul că este condiționată de diversele forme de stres, acela nu se va putea face bine.

Exemplu din viață

Un bărbat în jur de 50 de ani a venit la cabinet cu soția lui care avea mari dureri de cap ce o chinuiau fără întrerupere. Femeia citise cartea mea, soțul doar o frunzărise și nu era de acord cu ce scrisesem eu pentru că el înțelesese că omul se îmbolnăvește numai pentru că nu este bun. Pe măsură ce asculta conversația dintre mine și soția lui se înroșea tot mai tare la față. Nu știa, evident, că eu îi văd gândurile și chiar dacă ar fi știut n-ar fi crezut.

Femeia era de acord cu ce spuneam și îl privea cu circumspecție. Ostilitatea față de el era evidentă. Cumva mi-am dat seama că urmează o ieșire explozivă din partea lui, dar nu m-am așteptat la un asemenea uragan de la un om care se respectă pe sine. Începuse să urle cu o asemenea furie, încât femeii i-au țâșnit lacrimile, iar mie era să-mi plesnească stetoscopul. „*Ce frică? Ce răutate? Eu am cea mai bună soție din lume. Puteți dumneavoastră să munciți cât muncește ea? Adică toți oamenii răi sunt sănătoși și numai ăia buni se îmbolnăvesc? Și le mai și spuneți că sunt răi!*”

Marea iubire a acestui om pentru soția sa îi producea ei o asemenea durere încât ar fi preferat să moară. Dar, oare, nu și-l alesese ea de soț și nu ea rămăsese cu lecțiile de viață neînvățate? Bărbatul se hrănea cu energia acestei femei înspăimântate. Ce nu obținea cu binele, lua cu japca. Fără să-și dea seama, el era un vampir. Dacă soția lui ar fi știut să se elibereze mai devreme de frica - *pe mine nimeni*

Alungă răul din tine

nu mă iubește, ar fi devenit mai puternică și atunci soțul nu ar mai fi avut tendința să conducă el în familie. Ea nu și-ar mai fi închis iubirea cu cheia și el ar fi devenit cu adevărat puternic. Acum, acest om nestăpânit și fără minte a devenit periculos, rămânând slab și vulnerabil în sufletul lui. A fost de-ajuns un cuvânt imprudent și el a și luat foc.

Dacă ar fi văzut cât de ușurată a răsuflat soția lui și cum și-a luat o înfățișare demnă după ce el a trântit ușa la plecare! Sentimentul numit iubire le-a provocat amânduro-
ra multă durere pentru că nu au știut să se înțeleagă nici
fiecare pe sine, nici unul pe celălalt. Să se ajute între ei –
nici vorbă. E bine că femeia și-a păstrat dorința de a ierta,
dorința de a iubi.

Dacă omul acesta ar fi știut că prin agresivitate își
maschează sentimentul de vinovăție, spaimile și o răutate
cu mult mai periculoasă decât cea care a țâșnit în afară
prin cuvinte, ar fi vorbit altfel.

Dacă un om care a știut să extragă o lecție dintr-un di-
vorț știe să-și vadă și propriile greșeli – care au făcut să ia-
să la iveală și răul din partenerul său – el va ști să evalueze
corect toate aspectele situației. Un astfel de om nu va în-
cepe să-și urască fosta soție și va intra mult mai înțelept
într-o nouă căsnicie. Vechile greșeli nu vor mai fi repetate.

Cel care continuă să-și urască consoarta de care toc-
mai s-a despărțit, nu va fi fericit până nu-și va înțelege
greșelile. S-ar putea recăsători cu cea mai pașnică persoa-
nă din lume și brusc se va certa și cu ea pentru că știe să-și
fabrice suferințe. Ca să se justifice va spune: „*Cum de îmi
permit să-mi facă așa ceva!*” E un pic de adevăr aici, chi-
ar nu trebuie să permiteți să vi se producă suferințe dar,
din păcate, în afirmația lui se simte acuzația la adresa celu-

ilalt. Pe neobservate el va începe să acumuleze o răutate care îl va distruge și pe el și pe copiii săi.

Cunosc o femeie care este capabilă să-i transforme în alcoolici pe toți bărbații care își leagă soarta de a ei. Parcă ar fi piatra de încercare pentru bărbații slabi, ocoliți de iubire. Nu duce lipsă de bărbați, dar printre ei nu se prea întâlnesc oameni care să se respecte pe sine. Ea arată foarte bine, este bună – un adevărat inger după părerea multora, – dar nici unul dintre alcoolici nu a devenit anti-alcoolic grație iubirii ei. Frica „*nimeni nu mă iubește*” s-a transformat demult în răutate și i-a secătuit forțele sufletești. Răutatea venită prin transfer de la mama ei, mascată în iubire pentru bărbați, s-a întors împotriva bărbaților spre a-i distruge. Prima victimă este portofelul bărbatului, a doua – bărbatul însuși, femeia fiind mult mai rezistentă. Nici ea, nici bărbații nu gândesc așa. Mai bine spus, nu gândesc deloc.

Părinții soților și soților

Aici este locul să vorbim despre socri și soacre.

Ne-am lămurit că mama – femeia – este cea al cărei izvor sufletesc îl hrănește pe soț și pe fiu. Dacă n-ar fi așa, nu ar mai supraviețui niciun bărbat. Când fiul se va căsători, el își va alege o soție care să semene cu mama lui. Asta se întâmplă dacă fiul nu a învățat încă lecțiile primite de la mama sa și vrea să mai învețe. Dacă una dintre trăsăturile de caracter ale mamei lui este extrem de negativă, atunci el își va alege o soție care să fie opusul mamei. Dar, o va aprecia comparând-o cu mama sa.

Dacă mama nu-și iubește soțul, dacă are o părere negativă despre sexul masculin, atunci și fiul va fi lipsit de

Alungă răul din tine

iubire. Când mama este îngrijorată în legătură cu căsătoria fiului ei, asta înseamnă, în esență, că ea are un sentiment de vinovăție față de fiu. Întrucât mama nu-și vede greșelile, având sentimentul de vinovăție, începe și ea să învinuiască pe alții. Și uite așa nora este vinovată pentru că nu este potrivită pentru fiul ei, că nu-i iubește fiul și alte o mie de motive. Fără să înțeleagă că nora este copia ei mai tânără.

Dacă nora este isteasă, va pricepe despre ce este vorba, iar dacă știe să gândească cu adevărat, o va ierta pe soacra ei că nu știe să-și iubească fiul astfel încât să aibă inima ușoară. Se va ierta și pe sine pentru că nu a respins învinuirile soacrei sale și va cere iertare și propriului trup căruia i-a pricinuit suferință prin toate acestea.

O noră inteligentă trebuie să știe că, dacă ea își iubește cu adevărat soțul, toate celelalte defecte anterioare, inclusiv defectele soacrei, vor fi compensate. Nora care a găsit la soacră măcar o singură parte bună și o prețuiește sincer și de aceea o și respectă, va avea parte de un soț liniștit.

Bineînțeles că, având o asemenea noră, sentimentul de vinovăție al soacrei va fi puternic și, dacă ea nu va ști să-și înțeleagă propria persoană, va începe s-o invidieze pe noră fiindcă ea își iubește atât de mult fiul, iar el nu mai vede nimic în afară de soție. Nici măcar pe propria lui mamă! Un om gelos nu este capabil să se bucure de fericirea celorlalți. Iertați-o. Dragă soacră! Eliberează-te de gelozie, pentru că gelozia înseamnă dușmănie și ea atrage după sine cancerul. Bucură-te că fiul tău a avut noroc, că a avut parte de o soție bună. Pentru că soția se alege după modelul mamei...

Când soacra se ceartă cu nora, fiul se va supăra, fără să vrea, pe soția sa, pentru că soacra este sufletul fiului. De aici și părerea femeilor că soțul ia partea mamei lui și că

nu-și prețuiește soția. În realitate, fiul încearcă intuitiv să o liniștească pe mama sa – sufletul său – pentru ca să poată trăi normal cu soția. De obicei, ambele femei vor ca acest bărbat să fie numai al lor și atunci îl pierd. El își va căuta în altă parte un loc mai liniștit. Deseori, aceste căutări se lungesc exagerat de mult și atunci următoarea așa-zisă noră va fi o străină pentru soacră: nici nu apuci să te cerți cu ea și la orizont apare o altă noră.

Dragi soacre! Dacă într-adevăr vă iubiți fiii, lăsați la o parte acuzațiile și gelozia – prin asta nu faceți decât să distrugeți familia fiului dumneavoastră. Dacă veți învăța să vă iubiți nora ca pe propria fiică, îl veți face fericit pe fiul dumneavoastră. Dar, pentru asta trebuie să vă schimbați chiar dumneavoastră, nu s-o schimbați pe noră. Să nu confundați cauza cu efectul. Iertați-vă una pe alta, dacă vreți ca acest bărbat să devină mai puternic, mai curajos și mai sănătos.

Femeia care nu-și iubește soțul și îl ține sub papuc își dirijează dragostea, de obicei, spre fiu. Fiul devine totul pentru ea, mai ales dacă este unicul copil. El devine întruchiparea întregului sex masculin căruia ea nu i-a dăruit iubire. Iubirea pentru fiu îi dă aripi. Dar, într-o bună zi copilul devine matur și apare o fată care îi răpește dragostea. Se poate suporta așa ceva? Nu cred, pentru că soacra a încetat demult să fie doar mama lui, acum îi este prietenă și „prieten”. Din acest cerc de relații îl exclude pe tată, care nici el nu și-a educat băiatul să fie bărbat și chiar băiatul îl socotește a fi un tată rău pentru că nu sușotește complice cu băiețelul lui cuminte. Mama care n-a știut să rămână mamă îl face pe copil nefericit și pe urmă o învinovățește pe noră.

Alungă răul din tine

Relațiile dintre cuscre (mama băiatului și mama fetei) este o altă poveste. Ambele sunt sufletul copiilor lor. Chiar dacă mama nu suflă nici un cuvânt rău despre soacra băiatului ei sau soacra fetei ei, dar în suflet o ponegrește, relațiile dintre copii vor fi încordate. Ambele se ambalează fără nici un motiv. Stresul ajunge la amândouă la cota maximă și ambele găsesc un bun pretext să spună: „*Ți-am spus eu să nu te însori (măriți) cu ea (cu el)! Uite din ce familie e!*”

Exemplu din viață

Unui băiat de 10 ani i s-a descoperit o tumoră în emisfera dreaptă a creierului. După iradiere a urmat chimioterapia. Să încerce părinții să-și îndrepte greșelile? Nici vorbă! Ambii erau obosiți și indiferenți. Ei considerau normal ca medicina să le vindece fiul. E treaba medicilor. Este uluitoare această opinie simplistă.

L-am întrebat pe tatăl copilului cum se împacă mama lui cu nora, pentru că am văzut că dușmănia dintre cele două femei a dus la cancer. Așa cum am bănuț, tatăl copilului a ascuns adevărul sau nu a vrut să-l știe. Mi-a răspuns că relațiile sunt excelente. În fond copilașul își alesese ei însuși acești părinți. Am avut impresia că eu eram singura care încercam să schimb situația și să ridic vălul de pe această taină.

Problema cu cuscii (tatăl băiatului și tatăl fetei) nu este atât de actuală, întrucât adevărații bărbați nu au obiceiul să se amestece în viața altora. Din păcate, crește numărul bărbaților care s-au blocat la nivelul emoțiilor. Sensul vieții la bărbați este mișcarea. Dacă tatăl băiatului sau al fetei nu și-au realizat idealurile, deși poate s-au străduit, tatăl

fetei va fi deosebit de sever cu ginerele său, fără să înțeleagă că fata lui și-a ales bărbatul după modelul lui. Tatăl poate să înceapă să fie gelos și să devină o sperietoare pentru ginerele de acum și pentru următorul.

Voi da un exemplu de relații dintre un socru și o noră.

Exemplu din viață

Un socru grav bolnav de 20 de ani și-a așezat tânăra noră pe genunchi în văzul tuturor și, fără să se jeneze, a îmbrățișat-o și a spus: „*Ce noroc am avut! Fiul meu mi-a dăruit o fiică!*” Îi era recunoscător nurorii sale pentru iubirea față de el. Și ea se simțea bine cu doi tați. Ea a început să-i spună socrului – tată și soacrei – mamă. Nu i-a stat în gât să le spună mamă și tată. Fără să fie conștientă, prin aceste cuvinte fermecate ea a găsit cheia secretă pentru comunicare.

Între timp socrul s-a însănătoșit inexplicabil. A căpătat o neobișnuită putere de muncă și răbdare. Acum el se hrănea și cu iubirea sufletească a celeilalte femei – nora lui.

Iubirea și respectul față de soacră au început într-un moment greu când soacra a consolat-o pe noră spunându-i: „*Cine știe, poate tot răul este spre bine*”. Aceste cuvinte au ajutat-o pe noră să-și înțeleagă soacra. Câtă lume n-ar reuși să evite momentele de criză dacă n-ar fi tentată să arunce vina pe alții...

De obicei, un cuvânt de ocară de-al mamei este considerat ceva normal, dar cea mai mică observație din partea soacrei este ca o palmă. Cine se va elibera de prejudecăți, se va simți agreabil și în compania părinților soțului.

Alungă răul din tine

Problema soacrei și ginerelui nu este nici ea atât de acută. O soacră tipică modernă își prețuiește ginerele în primul rând după starea materială și apoi după hărnicia acestuia. Dar e suficient un prim conflict și biata, nefericită soacră nu mai poate fi consolată. Soacra este sufletul soției. Dușmănia soacrei față de ginere se transmite fiicei chiar și atunci când ea habar nu are de acest conflict.

Starea de încordare între soție și soț este oglinda ambelor perechi de părinți. Cine se eliberează prin iertare de toate tipurile de stres, acela nu-și va atrage nici dușmănia părinților soțului sau soției, nici dușmănia ginerelui sau nurorii. Nici nu va mai simți nevoia să se amestece în viața altora. Dacă părinții se vor elibera de simțul de proprietate asupra copilului, copilul nu va putea fi nici jignit, nici umilit. În felul acesta, dacă ambele părți se vor ocupa de propriile greșeli și de corectarea lor, totul va fi bine.

Indiferent ce relații există între cele două generații, să știți că dacă vedeți greșeala numai la alții, aceasta este greșeala dumneavoastră. Cel care se năpustește asupra celorlalți se află chiar el sub puterea răului. Corectarea răului trebuie începută cu sine, cu eliberarea de gânduri rele și nu cu vânarea greșelilor altora.

S-ar putea ca pe unii să-i supere cuvintele mele și să-mi replice imediat: „Cum să mă bucur dacă cineva se leagă de mine, mă înjură, mă calomniază și mă umilește!”

Nu trebuie să vă bucurați. Numai un handicapat se bucură indiferent de situație. Dar să nu vă fie frică și să nu fiți dușmănoși atunci când aveți de-a face cu persoane cicălitoare, certărețe și rău intenționate. Iertați-vă aceste stresuri. Eliberați-vă de frica - „*nimic nu este așa cum aș vrea eu*”. Aflați că asta este lecția dumneavoastră de viață pe care singuri ați atras-o. Din moment ce ați apărut pe

lume ca să trăiți, ați apărut și ca să învățați. Dacă v-ați ales consoarta, v-ați căsătorit în același timp cu spiritul și suflul ei – socrul sau soacra.

Analizând viețile anterioare se poate trage concluzia că cine suferă în viața asta, în viețile anterioare a pricinuit chiar el aceleași suferințe care acum au căzut pe capul lui. Cine n-a avut minte atunci, acum a apărut ca să învețe, dar pe post de victimă. Lecțiile acestea și le alege chiar spiritul, adică noi înșine. Dacă vor fi învățate, suferințele vor înceta.

Exemplu din viață

O mamă se plângea că fiul ei slăbește continuu. Fiul era îndrăgostit și își irosea timpul, forțele și banii cu o fată care nici nu voia să audă de căsătorie. Ea voia să fie independentă. Zicea că este o persoană normală, modernă. Voia să ia tot ce se poate de la viață. Mama lui îl hrănea, îl spăla, dar nu îndrăznea să-i spună nimic. Chiar și așa băiatul ajunsese stors ca o lămâie.

Dragă mamă! Dumneavoastră ați prețuit totdeauna, mai presus de orice, situația materială. Vă plac banii și lucrurile frumoase. Dar nici dumneavoastră nu v-ați iubit soțul în așa fel ca el să poată deveni mai bărbat. Pentru dumneavoastră soțul înseamnă un automat care vă asigură bunăstarea și totuși regretați că nu v-ați măritat cu unul și mai bogat. Fiul dumneavoastră este continuatorul vieții tatălui său și nu se gândește la mai mult. Băieții își aleg soția după cum este mama lor. Fata fiului dumneavoastră este reducția mărită a persoanei dumneavoastră. Plătind tributul modei zilei, ea declară că vrea să fie independentă, fără

Alungă răul din tine

să înțeleagă ce înseamnă asta. Dacă v-ați fi înțeles greșeala, băiatul dumneavoastră ar fi fost scutit de suferințe.

Nu ați vorbit niciodată cu el despre viață, despre oameni, erați totdeauna ocupată cu treburi mai importante. Dacă ați vrea să îndreptați această greșeală acum, când s-a mai adăugat și o umbră de acuzație și băiatul nu vrea să vă mai asculte, să știți că vremea povețelor a trecut. Acum el trebuie să treacă prin suferință pentru a învăța să tragă concluziile cuvenite.

Chinul dumneavoastră sufletească vorbește despre greșelile pe care le-ați făcut. Vă puteți ajuta fiul cerându-i iertare că l-ați privat de sfaturile maternelle și prin asta ați atras asupra lui necazurile de acum. Iertați-vă și pe dumneavoastră și cereți iertare trupului pentru sentimentul de vinovăție. Acesta i-a dăunat fiului dumneavoastră.

Dacă iertarea vine din toată inima, fiul dumneavoastră se va schimba el singur sau dumneavoastră veți simți că acum aveți dreptul să-l povățuiți. În acest caz, fata asta care a apărut în această viață numai ca să consume și să plătească cu propriul trup diversele servicii, va dispărea din viața lui. Și o va face astfel încât nimeni nu va suferi pentru că, datorită transformării dumneavoastră, se va schimba și el. Și asta fără chinuri sufletești. Dacă el nu vrea să vă asculte, înseamnă că dumneavoastră încă nu v-ați îndreptat greșelile. Doar vi s-a părut.

Nu uitați – fiul este ca dumneavoastră pentru că l-ați obligat să fie așa, iar acum vreți să-l forțați din nou, să-l faceți altfel. Și iarăși din considerente personale – pentru ca greșelile proprii să nu doară prea tare și ca să nu vă arate lumea cu degetul.

Despre sensul nonsensului

Viața este mișcare în viitor. Dacă omul nu știe să trăiască, se oprește din drum. Câtă vreme omenirea s-a mișcat pe drumul acumulării de bunuri materiale, dificultățile au putut fi depășite prin voință. Cei care și-au dezvoltat forța fizică, au fost cei mai puternici. Oamenii de artă – emoționali, n-au rezistat în această cursă. Dar vremurile se schimbă.

Viața se află la o altă cotitură, tot mai evidentă. Spaima în fața necunoscutului a împărțit omenirea în două tabere: cei care se salvează prin spiritualitate și cei condamnați la pieire. Înainte de pieire oamenii plâng după vremurile de altădată și le blamează pe cele noi.

Când au loc evenimente mărunte oamenii se văicăresc, la evenimente importante devin răi, dușmănoși. Văicăreala se transformă totdeauna în urlat de durere.

Când se văicărește o femeie – treburile mărunte își încetinesc mersul.

Când bărbatul se văicărește – se oprește viața.

În vremurile de criză, ca acum, văicăreala bărbatului este periculoasă atât pentru el însuși, cât și pentru copii, aceștia fiind spiritul său. Văicăreala duce totdeauna la nonsens.

Când se află în impas, un om care nu gândește corect începe să se văicărească, în gând sau prin cuvinte, caută vinovați și nu se mai poate opri nicicum. Dacă la mijlocul secolului se întâmpla acest lucru mai rar, acum fenomenul a devenit de masă. Această stare de inutilitate, de apatie și depresie a primit o denumire expresivă:

Sindromul de extenuare.

În esență este vorba despre răutatea care îl distruge sufleteste pe om: răutatea că „*n-am realizat ce mi-am dorit*” sau „*nimic nu e așa cum aș fi vrut*”. Omul este condamnat la abandon.

Este teribil de trist când omul începe să se extenueze încă din copilărie și ne mai văzând frumusețea vieții, trăiește pentru a muri. Dar este și asta o lecție de viață. Cine își alege la naștere o situație de criză, acela are nevoie de o lecție critică. El și-a ales părinții care îi dau această posibilitate.

Cine simte că i s-a furișat în suflet senzația de nonsens, să știe că trebuie să caute **sensul nonsensului**.

Orice situație te învață câte ceva, dar la modul dureros. Asta înseamnă că înveți cel mai lesne din situațiile extreme. Nonsensul este senzația de pustiire totală. Dragă omule! Rătăcirea ta este sumum din tot ce era posibil.

Nonsensul vine să vă învețe că în spatele aparenței că nu gândiți și că nu găsiți o cale de ieșire se ascund de fapt gânduri mărețe.

Nonsensul apare pentru a vă da șansa să descoperiți posibilitățile uriașe pe care viața vi le oferă.

Orice întreg are doi poli. Polul negativ este nonsensul. Cum apare un obstacol vă și grăbiți să-l numiți nonsens. Stați în fața cortinei și nu știți să o trageți. În spatele ei se află scena unde stau aliniate uriașe posibilități pentru viața dumneavoastră.

Veți înțelege că ea există atunci când vă veți despărți de senzația de inutilitate ce vi s-a furișat în suflet. Cereți-i

iertare pentru că, neștiind să gândești, ai lăsat-o să ajungă la dimensiuni care amenință să vă distrugă. Nu sunteți conștient că ea a apărut ca să dea vieții dumneavoastră sensul cel mai înalt.

Senzația de inutilitate (nonsens) este una din formele cele mai complicate de stres. Ea nu apare brusc, nu este însoțită de un torent de emoții, ea este tăcută pentru că de aceea este inutilitate. Cereți-i iertare din toată inima că ați ținut-o captivă și veți descoperi sensul ei profund. În realitate, în spatele ei se află insatisfacția, cauza acesteia fiind sentimentul de vinovăție.

Indiferența dumneavoastră va fi înlocuită de bucuria de a vă mișca, de a acționa, de a trăi. Veți simți că sunteți necesari, necesari și prin sine – necesari celorlalți. Veți simți cum contururile corpului dumneavoastră vor dispărea și se va produce contopirea cu Unitatea Supremă. Este un sentiment special, sentimentul că ai dobândit măreție și demnitate, sentimentul că ființezi.

Iertați-vă că ați permis senzației de inutilitate să se apropie de dumneavoastră. Cereți iertare trupului dumneavoastră că prin asta ați atras sindromul de supraardere – ceea ce înseamnă moarte pentru corp – înainte de a vă însuși lecțiile de viață necesare. Cereți-i iertare că n-ați înțeles că atâta timp cât trupul trăiește mai sunteți încă iubit. Căutați persoana care vă iubește, ea există.

Dragii mei, n-ați înțeles că dacă nu există iubire, nu există nici trup. Aveți deja trupul, se vor adăuga și celelalte, dacă veți acționa cu cap. Ispititorul dumneavoastră – mintea – vă face sufletul bolnav, vă blochează calea spre iubire pentru ca răscumpărând răul să dobândiți valoare proprie.

Alungă răul din tine

Mintea îl poate duce pe om la boală. Mintea are doi poli – unul spiritual și unul fizic. Echilibrul lor este rațiunea, înțelepciunea. Materialismul a umflat rolul minții fizice până la limita maximă și a încercat să nege spiritul. Rezultatul a fost nonsensul. Nonsens înseamnă să trăiești în bogăție și să mori de inutilitate.

Trece pe stradă un sărăntoc slăbănog și urăște vila luxoasă în care nu are acces. Din vilă iese un bogătan bine hrănit și îl invidiază pe sărăntoc pentru libertatea lui. El tremură pentru bogăția lui. Nici unul, nici celălalt nu văd binele din spatele răului. Niciunul nu și-a învățat lecțiile de viață. Nu au căutat sensul vieții, au căutat bogăția. Sărăntocului îi este mai ușor. El trebuie să se elibereze de stresuri. Bogătaşului îi este mai greu. El trebuie să se elibereze de jugul bogăției sale și să o facă și corect.

Din punct de vedere al esenței Universului, viața fără spirit înseamnă nonsens, stagnare și pieire la nivel fizic. Și totuși viața nu se oprește, pentru că după fiecare moarte urmează renașterea.

Cine înțelege natura crizei omului modern, va trăi și în viitor. El tinde spre viitor știind că după rău vine și binele. Cine nu va ști să scape de senzația de inutilitate, va intra în noua galaxie pe poarta morții. Trupul nostru este muritor, dar fiecare dintre noi este capabil să evite o moarte prematură.

Pe cel care va găsi sensul nonsensului moartea fizică nu-l va amenința prea curând. În noua galaxie, viața omească este mult mai lungă. De aceea merită să lucrăm mai intens asupra gândurilor noastre.

Cine crede că acolo chinurile vor fi și mai mari, se înșală. Acolo nu vor mai fi suferințe fizice, deoarece, prin creșterea rațiunii, corpul nostru va fi guvernat de idei. Pe

măsură ce va fi necesar vom începe să schimbăm materia cu ajutorul ideilor.

Răutatea irațională

Am vorbit mult despre răutate, cum apare ea și cum poate distruge. Și totuși se întâmplă destul de frecvent să mi se ceară ajutorul de către persoane care simt nevoia să înțeleagă mai profund sensul răutății.

Sunt la fel de derutați și cei care trăiesc sub imperiul spaimelor și se consideră răi și dușmănoși, dar de teamă nici nu îndrăznesc să se supere, și cei care detestă lașitatea, inclusiv pe a lor. Numai că nu o numesc răutate. Chipurile, ei vor să educe curajul, pe al lor și pe al altora.

„*Eu nu urăsc, dar alții mă urăsc pe mine*” – spune o persoană care se amestecă tot timpul în viața altora. O face prin fapte, prin cuvinte și prin gânduri. Nu vrea să înțeleagă că chiar și din propoziția pe care am citat-o transpare o învinuire – și asta este tot răutate – și un ton iritat care înseamnă răutate multiplicată. Persoana respectivă poate să nege, dar esența nu se schimbă.

Cauza și efectul vieții este iubirea. Când omul se teme că *nimeni nu-l iubește*, fluxul de energie a iubirii se lovește de un zid. Fără iubire viața încetează. Pe măsură ce frica crește se înmulțesc și insuccesele, pentru că omul le atrage prin frica lui. Pentru ca viața să poată continua, cel ce suferă începe să lupte pentru a înlătura obstacolul. Lupta presupune întotdeauna răutate. Sparge el, omul, zidul fricii, dar acesta devine tot mai gros, fiindcă frica nu poate fi înfrântă în felul acesta. Abia că se intensifică răutatea.

Alungă răul din tine

Răutatea este reacția inconștientă la absența iubirii, indiferent ce înțelege omul prin iubire.

Răutatea își are izvorul în frica - *nimeni nu mă iubește*. Mulți neagă că s-ar teme, întrucât:

— au fost foarte alinați încă de când erau copii, iar ulterior de soț sau soție. Ei își ascund formele negative de stres în spatele unei bunătați aparente. O astfel de persoană nu înțelege ce vrea de la viață, ce îi trebuie, de ce simte o greutate în cap și de ce îl doare capul. S-a obișnuit ca alții să facă totul pentru ei. Nu este conștient de faptul că, dacă el nu depune eforturi, spiritul său va fi ca un tovarăș de drum care s-a oprit în loc și asta îl neliniștește în legătură cu viitorul. Viitorul este clar pentru cine a realizat mult prin forțe proprii, indiferent de sex. Femeia care își iubește soțul nu va rămâne singură pe lume;

— le-a fost foarte frică să recunoască această spaimă. *Chiar dacă voi suferi, tot nu recunosc*. Această spaimă o au mai ales bărbații. Deoarece viața bărbaților depinde de soțiile lor, cei sensibili sunt foarte vulnerabili în legătură cu tot ce privește soția. Nu sunt capabili nici măcar să asculte o discuție pe o temă generală, pentru că se tem ca nu cumva să fie rănită demnitatea soției lor. Temerile lor s-au transformat demult într-o permanentă iritare, pe care însă ei refuză să o numească răutate. *Ei sunt apărătorii celor slabi și să nu-i treacă cuiva prin cap să caute să le schimbe părerea, mai ales la maturitate*. Ei nu pricep că atrag asupra lor exact lucrul de care se tem;

— la ei, frica — *nimeni nu mă iubește* s-a transformat demult în răutate și adevăratele sentimente au fost înmormântate. Poate că la părinții lor frica aceasta a fost atât de puternică încât sub aparența indiferenței s-a transformat în negarea iubirii. „*N-am nevoie de iubire, important e să fiu*

lăsat în pace. Important e ca treaba să meargă și lumea să mă respecte", declară ei cu mândrie. Și-au făcut rost de un tovarăș de viață după propriul lor chip și în existența lor ternă se îndreaptă încet, dar sigur, spre moarte, neputând să înțeleagă ce anume îi trebuie trupului în viața lor.

Este foarte greu să descoperi esența interioară a unor astfel de oameni. Ei sunt dintre aceia care cred că merită cu prisosință iubirea. *Au făcut în viață atâtea lucruri bune, încât toată lumea îi iubește pentru că au făcut atâta bine.* Sau sunt iubiți de soț, soție pentru că *am făcut atâta bine pentru ea (el) încât nu se poate să nu mă iubească.* Acești oameni nu pot să înțeleagă că a face (a munci) nu înseamnă a iubi.

Iubirea este forța necesară pentru a face. Pentru om munca este un mijloc de a învăța.

Iubirea este totul, iubirea este Dumnezeu. Munca este doar muncă.

Un astfel de om nu se va lecu de bolile lui până când nu va înțelege acest lucru. Dar el nu este de acord – s-o facă altcineva pentru el! Și, după o logică stranie, să facă taman acela pentru care el n-a făcut nimic bun. Eu, de exemplu.

Un astfel de om poate părea chiar echilibrat, dar pe cel care trăiește alături de el îl paște secătuirea tuturor forțelor. Cu cea mai bună intenție, el conduce, el dă indicații, lipsindu-l pe celălalt de posibilitatea de a fi el însuși. Soțul sau soția supergrijulii, care se amestecă permanent unul în treaba celuilalt, pot părea la început, pentru un observator străin, o pereche ideală, dar după câteva ore comunicarea cu ei devine insuportabilă pentru un om de acțiune. Aceștia se extenuază reciproc, pe ei și pe alții. Cine ignoră ro-

Alungă răul din tine

lul dat lui prin apartenența la un sex, se condamnă el însuși la suferință.

Trebuie să învățăm că în viață totul are doi poli, chiar și iubirea.

Poate să-și conducă viața cel care știe să gândească și nu cel care a absolvit strălucit o facultate și se laudă cu asta. Persoana cu studii superioare care nu înțelege că viața materială este doar o părțică din viața spirituală, poate să meargă ani în șir contra curentului gândind despre sine că este onest și cu principii, harnic și inteligent. Dar într-o bună zi picioarele lui vor refuza să se mai miște pe drumul pe care mintea lui de materialist îi poruncește să meargă. Drumul ca atare nu este greșit, dar sunt greșite mijloacele. Dacă va lupta cu dușmănie cu greutatea vieții, perdantul va fi propriul trup. Nu-i vor mai fi de folos nici medicamentele, nici bisturiul. În viață totul trebuie făcut cum trebuie, inclusiv depășirea dificultăților, altfel va suferi înainte de toate omul însuși.

Exemplu din viață

A venit la cabinet un om cu prostata grav bolnavă. Urinarea se făcea cu foarte mare dificultate. Medicina nu-l mai putea ajuta. Am încercat să văd care este cauza bolii, adică pietricica ce a provocat avalanșa. Și am văzut niște hamuri vechi de cal, rupte și pline de praf. În afară de sensul simbolic, tabloul era atât de clar încât părea incredibil. L-am întrebat: „Ce poate însemna asta?” Bărbatul a roșit și s-a apucat să-mi explica cu patos că aceste hamuri zac de vreo douăzeci de ani pe peretele magaziei și pe zi ce trece îl enervează tot mai tare, dar nu se îndură să le arunce.

Prostata (glanda) este organul paternității. Toate problemele legate de devenirea paternității și de existența ca tată se concentrează în această glandă. Devenirea ca tată are loc în cursul vieții sexuale. Teama de a fi lipsit de funcția sexuală le provoacă bărbaților tot felul de restricții. În felul acesta se îmbolnăvește prostata și sunt afectate și organele din jur care simbolizează baza familiei. Bazinul este familia, partea inferioară a bazinului este baza familiei. Oamenii moderni socotesc că baza familiei înseamnă bunăstarea materială, bogăția. Cel care vede baza familiei în iubire, acela nu se va îmbolnăvi de prostată.

După câteva săptămâni omul a reapărut, de data aceasta cu o stare de spirit bună pentru că lucrurile tindeau să se îndrepte. *„Am scuturat tot din casă. Jumătate din lucrurile-am dat la gunoi și nu regret deloc”* îmi povestea el cu bucurie pentru că înțelesese la ce duce obiceiul de a strânge.

Părinții visurilor noastre

Înțelegându-vă problemele, nu uitați că sunteți formați din tată și din mamă. V-au format credințele religioase ale ambilor părinți. Trupul ne dezvăluie suma modurilor lor de gândire. Bolile trupului ne arată părțile rele ale părinților. Dumnezeuastră ați venit pe lume ca să corectați aceste părți rele, dar până acum nu ați știut să le îndreptați cu propria minte.

Tata este mișcarea.

Mama este piedica.

Alungă răul din tine

Dragi mame și dragi copii!

Până când omul care a rătăcit drumul în viață nu va învăța prin suferință, obstacolul va trebui să fie chiar mama lui. Obstacolul ne obligă să ne încordăm toate forțele și face din noi o ființă gânditoare. Numai prin depășirea individuală și corectă a obstacolelor se ajunge la rezultatul ce reprezintă valoarea veșnică pentru spirit. Cu cât mama v-a pregătit mai multă suferință, cu atât vă dă, potențial, posibilitatea cea mai mare de a vă înălța spiritual. Vor înțelege acest lucru numai cei care au iertat multe mamei lor.

Dar, cel care o consideră pe mama sa rea și vinovată de tot, să țină minte că el și-a ales mama pe care o are acum. Noi înșine ne-am propus în viață un scop atât de mare și acum renunțăm să mai tindem spre el.

În fiecare om trăiesc părinții visurilor lui. Ei sunt atât de buni și de frumoși în comparație cu cei pe care îi are în realitate. Contrastul este atât de izbitor încât, plângându-și soarta amară, omul ar vrea să moară. Pentru copii dorința de a muri constituie refugiul unde ei își varsă mai ales lacrimile amare. Prin aceasta corpul îl ajută pe copil să-și ușureze sufletul. Vedeți, aici a ieșit iarăși la suprafață noțiunea de „suflet”. Dar sufletul este chiar mama.

În ultima vreme am avut ocazia să devin martorul bucuriei multor persoane deja în vârstă. Veneau la mine la cabinet și îmi povesteau că, după ce și-au iertat mama, au descoperit dintr-o dată că tocmai ea era mama visurilor lor. *„E chiar ea, mama mea proprie, simt lucrul acesta. Nu pot să mă înșel!”* exclamau ei cu o bucurie sinceră. Pentru ei începuse o nouă viață.

Dragostea copilului pentru mamă este cea mai mare iubire din lume. Copilul care, după ce și-a iertat mama,

a simțit această iubire în sufletul lui, a aflat cea mai mare fericire.

Prin mamă Dumnezeu intră în copil.

Copilul are o nevoie nemărginită de părinți pe care să-i poată iubi. Niciun copil nu va spune vreodată atâtea cuvinte rele despre mama sau tatăl său câte spune mama despre copil. Cauza este aceeași rădăcină a răului – dorința de a avea, de a dobândi. Tot mai frecvent părinții concep copilul cu un anumit scop. Dar ei, copiii, vor să apară pe lume de dragul iubirii. Copilul de astăzi este nevoit să-și croiască singur drumul, să se lupte cu multe neajunsuri. Dacă vă veți ierta părinții pentru greșelile lor personale și pentru greșelile omului modern în general, părinții voștri se vor schimba și voi nu veți mai repeta aceleași greșeli.

Această bucurie a descoperirii părinților am avut-o și eu. Într-adevăr, este bucuria de a te fi dobândit pe tine însuși, este posibilitatea de a ajunge la acel nivel care este liniștea sufletească.

Oameni dragi! Toți purtăm în suflet chipul mamei adevărate, dar nu-l recunoaștem pentru că nu ne-am făcut tema pentru care ne-am născut pe lume. Ne-am născut pentru a îndrepta răul făcut de părinții noștri. Bunătatea mamei se ascunde în spatele răului aparent, ca tot ce este mai prețios pe lumea asta. Căutați-o!

Învățați-vă să înțelegeți ce este binele și ce este răul. Unde începe binele și unde se termină răul.

Lecția de îndrumare copilul o primește de la mama sa. Nepriceperea de a înțelege sensul binelui și răului aduce necezuri în viața amândurora. Să analizăm două extreme.

Alungă răul din tine

– *În aparență mama este rea*: este nervoasă, speriată, arțăgoasă, autoritară, amorală, alcoolică, își abandonează copiii etc. Pentru spirit chiar și moartea prematură este negativă – copilul a rămas fără mamă și fără îndrumător. Răutatea maternă este vizibilă în acest caz – acesta este răul și pentru copil este ușor să facă acel lucru pentru care a venit pe lume.

Copilul vine pe lume pentru a ispăși răul părintesc sau, mai simplu, să devină contrariul mamei. Omenirea a învățat inconștient acest lucru de-a lungul veacurilor – și-a extras forța din binele mamei și înțelepciunea din răul tatălui. Oamenii de felul acesta (în special bărbații) spun la bătrânețe cu bucurie: „*Dacă părinții nu m-ar fi ciomăgit în copilărie, n-ar fi ieșit om din mine*”. Un astfel de copil a înțeles că pentru faptele sale merita să fie bătut. Bătaia l-a învățat, dar sufletul lui avea nevoie de iubirea cu care i se aplica bătaia. Dacă își va ierta mama pentru că va înțelege partea instructivă a răului, mintea lui se va deschide și sufletul îi va fi liniștit.

– *În aparență mama este bună*: este grijulie, atentă, răbdătoare, precaută, reușește în toate, face totul. Cu o astfel de mamă copilul nu are la ce se gândi decât la satisfacerea propriilor interese. Drumul lui în viață va fi poleit cu aur, drept și lin.

Copilul va merge fără nici o grijă, dar mai devreme sau mai târziu, va apărea prima prăpastie în care se va prăbuși, nebănuind că i s-a întins o cursă. Încercările aspre sunt necesare pentru el, pentru a înțelege de ce a apărut pe lumea aceasta. Copiii se nasc pentru a învăța și învață din răul care se întâmplă. Prin urmare, partea negativă, proprie mamei, se explică prin simplul fapt că la toată lumea răul este în proporție de 49% și binele de 51%.

Acest copil a apărut pentru a-și însuși cea mai grea variantă, când trebuie să ridice vâlul ce ascunde adevărata esență a bunătății excesive a mamei lui. Sarcina aceasta depășește puterile copilului care își binecuvântează mama.

Mi se pune întrebarea: „*De ce trebuie s-o văd pe mama într-o lumină nefavorabilă?*” Sunt nevoită să răspund: „*Nu, nu trebuie, dar dacă mama a devenit mai albă decât albul numai pentru că tata este mai negru decât negrul, ați putea, chiar în interesul dumneavoastră, să priviți adevărul în față, întrucât tatăl dumneavoastră este spiritul de care depinde lumea dumneavoastră fizică. Și, în afară de asta, copiii mult prea buni din punctul de vedere al mamei se îmbolnăvesc grav. Trupul copilului știe asta și semnalizează prin boală*”.

Iertați mamei dumneavoastră bunătatea excesivă prin care ea, de fapt, își maschează părțile negative, dorind să pară mai bună decât este în realitate și de aceea nu v-a spus adevărul despre greutățile vieții, care vă este necesar. Iertați-vă mamele și tații care v-au ascuns ce este rău și de aceea acest rău voi trebuie să-l învățați pe căi mult mai grele. Toate lucrurile despre care ei s-au jenat sau s-au temut să vă vorbească, socotind că nu-și au rostul, că nu e decent, că nu e inteligent sau nu s-au considerat suficient de deștepți pentru această discuție, constituie pentru voi lecții de viață mult mai grele decât cele care provoacă permanente scandaluri în familie.

Dacă copilul ar auzi, măcar cu o ureche, vorbindu-i-se despre rău, ar începe să învețe. Și aceasta înseamnă că acea mamă care vorbește mult și varsă tot ce are pe suflet îl învață pe copil ce este viața incomparabil mai bine decât o mamă răbdătoare și delicată care suferă în tăcere de dra-

Alungă răul din tine

gul liniştii în familie. O să mă întrebaţi: „*De unde să ştiţi ce anume trebuie să iert mamei mele, dacă s-a ascuns faţă de mine?*” Vă răspund: „*Aveţi multe probleme despre care nu s-a vorbit niciodată în casă, dar care v-au interesat. Din neştiinţă v-aţi aflat de multe ori într-o postură negativă. Cele mai complicate situaţii de viaţă sunt cele pe care nu le putem rezolva, pentru că nu suntem capabili să le înţelegem. Acestea sunt problemele pe care părinţii ar trebui să le lămurească cu copilul, chiar dacă mintea lui este mititică*”.

Mama are multe trăsături de caracter. Partea rea se vede cu ochiul liber, se învaţă repede prin boli uşoare şi copilul devine din acest punct de vedere opusul mamei. De fapt, de asta şi apare copilul pe lume, ca ea să se schimbe. Dar răul ascuns de mamă nu iese imediat la suprafaţă şi copilul orbecăie, fără să înţeleagă de ce mama îi spune: „*De unde ai ieşit tu aşa? Indiferent cum aş fi eu, tu eşti mai rău decât mine*”. Copilul vede şi el că mama are dreptate şi se amărăşte că, într-adevăr, este mai rău decât ea. Şi dacă ea îi face mereu acest reproş, copilul se va supăra şi va începe să-şi învinovăţască mama. Şi astfel se acumulează energia negativă a unei boli grave. Trebuie să ştim că atâta vreme cât nu vom învăţa să gândim corect, fiecare generaţie va fi mai negativă decât precedentă ca apoi, după trecerea crizei, să devină mai înțeleaptă, adică mai bună. Dacă atât mama cât şi copilul îşi vor corecta greşeala, boala va trece mai repede. Dacă o face numai unul dintre ei, va fi nevoie de mai mult timp.

Fiecare copil vine să înveţe lecţii diferite. Trăsăturile de caracter ale mamei oferă suficient de multe variaţii pentru ca pentru niciunul dintre copii viaţa să nu fie plicticoasă.

Pentru o mai bună înțelegere vom lua ca exemplu trăsăturile de caracter cele mai evidente de la **trei mame diferite** – generozitate, inflexibilitate și falsitate – și vom încerca să înțelegem specificul lecțiilor pentru copii. Care trăsătură este mai bună și care este rea? Categorie, o să spunei că generozitatea este bună, la evaluarea inflexibilității veți începe să cântăriți părțile bune și părțile rele, iar falsitatea o veți numi la unison rea.

Prima mamă, după toate semnele exterioare, este un om darnic și inimos și de aceea, în esență, este bună. Foarte rar este zgârcită, ceea ce e de fapt spre binele familiei, și de aceea nu alarmează pe nimeni. Alte persoane, complet străine, vor aprecia cu totul altfel pe această mamă, dar cu ele ne întâlnim rar și de aceea părerea lor nu este importantă. Copilul și-a ales această mamă și învață lecțiile date de ea. Spre mâhnirea mamei și a familiei, la copil încep să apară semne de avariție care se amplifică producând mari suferințe. De ce? De ce o mamă atât de bună a crescut un copil atât de necinstit și avid, gata să dea totul pentru bani?

Să analizăm esența lecției – partea nevăzută a mamei, pentru că ceea ce nu se vede determină realitatea. Caracterul mamei se dă în tabelul următor:

Alungă răul din tine

Partea
vizibilă
a mamei

GENEROASĂ

AVARĂ

Partea
invizibilă
a mamei

AVARĂ

GENEROASĂ

Mărimea lecției ce tre-
buie învățată de copil

Vedeți ce lecție mare de avariție se ascunde pentru copil în partea nevăzută? În decursul unei perioade mai lungi de timp copilul trebuie să acumuleze energia avariției înainte ca ea să devină evidentă și apoi să o crească până la gradul de suferință. Atunci, prin avariție, el va avea parte de încercarea din care va trage concluzia că avariția este un lucru rău. De regulă, lecțiile de același tip se repetă de mai multe ori, adică suferința crește pas cu pas până se atinge limita. Doar unele spirite au atâta minte încât să se frigă doar o singură dată. Partea mare bună, vizibilă a mamei, adică partea mare rea, nevizibilă i-a dat înțelepciune acestui copil printr-o boală gravă.

A doua mamă este în aparență inflexibilă și certăreată. Din cauza caracterului ei, în familie izbucnesc mereu certuri greu de suportat. În permanență careva dintre ei se îmbolnăvește, apoi se face bine și iarăși își vede de drumul lui. Din când în când mama devine de nerecunoscut: foarte bună și îngăduitoare, mai ales atunci când se îmbolnăvește careva. Copilul chiar vrea să se îmbolnăvească ca să se bucure de această bunătate. Un astfel de copil își primește

lecțiile de viață prin îmbolnăviri repetate, dar care trec repede și se corectează de fiecare dată.

Partea
vizibilă
a mamei

Îngăduitoare

Neîngăduitoare

Partea
invizibilă
a mamei

Îngăduitoare

Neîngăduitoare

Mărimea lecției ce trebuie învățată de copil

Răul mare vizibil sau binele mare invizibil al mamei i-a dat înțelepciune printr-o boală ușoară.

A treia mamă este în aparență foarte falsă. Tot ce spune este un neadevăr. Partea nevăzută a falsității – cinstea – poate să nu fie băgată de seamă de ceilalți și nici chiar de ea. Ea chiar se poate detesta pentru că de fiecare dată când vrea să fie cinstită, îi iese exact pe dos. Nici nu-și dă seama că detestă poleiala – fiindcă simte sub ea minciuna și vorbele ei sunt ca o revoltă față de acest gen de făfărnicie. Ea știe doar să se lupte cu minciuna, fără să înțeleagă că lupta intensifică minciuna.

Copilul și-a ales însă această mamă cu lecțiile ei complicate. Imediat după naștere copilul a și devenit mai înțelept deoarece trăsătura foarte negativă de caracter a mamei nu mai are nevoie să fie amplificată, a ajuns deja la cota critică. Mama este jumătatea copilului. Deși toți spun că mama aceasta este rea, totuși pentru copil ea este bună, în-

Alungă răul din tine

trucât copilul știe să deosebească binele din rău. El simte revolta maternă împotriva cinstei prefăcute, sensul fiind să rămână cinstită față de ea însăși. Și, în felul acesta, o mamă care urăște necinstea, devine ea însăși demonstrativ falsă. Copilul își iubește mama. Și chiar dacă toți oamenii *buni* se năpustesc împotriva ei și iau copilul din casa *rea* și îl duc la o casă de copii *bună*, copilul va fugi înapoi la mama sa. Pentru copil mama va rămâne bună până când opinia publică îi înăbușă acest sentiment.

Copilul rămas fără părinți are o viață debusolată pentru că îi lipsesc lecțiile pe care a venit să le învețe. Dacă își găsește părinți adoptivi, aceștia vor fi și ei la fel ca părinții adevărați, cu mici diferențe. Părinții adoptivi trebuie să știe că pe dinafară ei sunt la fel de buni cum sunt părinții adevărați pe dinăuntru. Aceștia ar trebui să-și îndrepte ochiul interior spre rău, adică să se elibereze de el, fiindcă un copil traumatizat este deosebit de sensibil. Orice spirit prețuiește cinstea, sinceritatea, adevărul. Pentru copil este mai greu să suporte iubirea maimuțărită a părinților adoptivi decât pe cea a părinților lui. Trebuie înțeles faptul că a avea burtica plină, hăinuțe curate și un acoperiș deasupra capului este bine, dar libertatea de a-ți învăța lecția de viață este și mai bună. Fără asta viața nu are sens.

Partea
vizibilă
a mamei

NEADEVĂRUL

Partea
invizibilă
a mamei

CINSTEA

Mama foarte rea pe dinafară i-a dat copilului un bine extraordinar, copilul nu a fost nevoit să sufere. Extremele sunt întotdeauna rele pentru că energia extremei se întoarce în următoarea clipă în opusul ei și atunci viața copilului va fi grea. Dacă el nu spune adevărul, nu va fi crezut, dacă spune adevărul, iarăși nu va fi crezut. Problema s-ar rezolva dacă s-ar schimba opinia publică sau oamenii ar învăța să gândească și să înțeleagă că binele și răul sunt valori relative.

Dacă gândiți: *ce bine că sunt puțin extreme!*, vă înșelați. Astăzi omenirea traversează o criză în care binele devine mai bine și răul mai rău. Cine va înțelege că, dacă își va schimba modul propriu de gândire, va face lumea mai bună și cine va începe să se și preocupe de acest lucru, își va căpăta echilibrul interior. Aceasta este marea lecție a timpurilor noastre sau valoarea crizei.

Generalizând, se poate spune că copilul seamănă cu părinții, dar, întrucât el vrea să învețe, iar învățătorul este rău, el începe să exagereze părțile negative ale părinților până când va ajunge la o mare suferință prin care va începe să înțeleagă, adică va ajunge la înțelepciune. De aceea se și spune de când e lumea că tineretul e stricat. Rar se întâmplă ca lecția să țină doar două generații. De obicei ea se întinde pe trei generații și dacă sămânța dată de părinți prinde rădăcini bune, ea va da roade la nepoți. Așadar, dragi părinți și părinți ai părinților, lichidați cauza și copiii și nepoții dumneavoastră se vor schimba. Alt mijloc de schimbare nu este eficient. Aceasta este calea aspră a vieții pentru cei care merg pe drumul suferinței.

Orice întâmplare din viață lasă urme. Cicatricile nu rămân numai de la răni. Cicatricea este semnul neiertării. La cel care iartă, cicatricile vor dispărea. Dacă nu dispar,

înseamnă că ai dorit să aveți rezultate fără a depune nici un efort.

Cea mai simplă răutate complexă

Să recapitulăm pe scurt efectul formelor de stres:

– Frica – *nimeni nu mă iubește* blochează rațiunea și omul vede totul într-o altă lumină.

– Sentimentul de vinovăție îl face pe om slab, îi provoacă o avalanșă de stresuri.

– Frica atrage răul.

– Răutatea distruge.

Toate acestea sunt stresuri caracteristice oricărui om, nu există om fără ele. Pe Pământ nu există numai oameni buni și oameni răi. Un om perfect este cel care este echilibrat și pe dinafară și pe dinăuntru. Toți oamenii buni ascund ceva rău în interiorul lor, fiindcă visează să devină ideal de buni.

Ce este răutatea?

Răutatea este o emoție negativă care distruge. Ea are cinci semne după care poate fi recunoscută:

1. Durere
2. Temperatură
3. Roșeală
4. Mărire excesivă
5. Distrucție

Acestea sunt semnele medicale clasice ale inflamațiilor. Dacă apar împreună, corpul îi dă omului de știre că „a luat foc” și trebuie de urgență să schimbe ceva pentru că focul este mai rău decât infractorul. Dacă nu stingei focul, vei pierde câte ceva pentru totdeauna.

Aceste semne pot să apară pe rând, toate sau toate odată.

Bolile copiilor sunt totdeauna imaginea în oglindă a vieții sufletești a părinților. Dacă omul acumulează odată cu vârsta un număr tot mai mare de stresuri din propria viață, bolile copilărilor sunt provocate exclusiv de stresurile părinților.

Durerea

Durerea dă alarma și informează cel mai bine despre ruinarea sănătății.

Specificul durerii caracterizează felul de răutate:

- | | |
|--|---|
| Durere acută – răutate acută | Cineva tocmai te-a supărat. |
| Durere surdă – răutate surdă | Sentimentul de neputință în concretizarea răutății. |
| Durere ascuțită – răutate ascuțită | Aș vrea să mă răzbun dar nu pot. |
| Durere cronică – răutate de lungă durată. | Amplificarea sau atenuarea durerii indică excesul sau deficitul de răutate. |
| Durere bruscă – răutate bruscă. | |
| Și așa mai departe. | |

Cu ajutorul următorului tabel vă puteți localiza durerea și puteți găsi definiția ei exactă:

Alungă răul din tine

- Durere de cap** — răutate din cauză că *nimeni nu mă iubește*, că sunt neglijat. Răutate că nu este totul așa cum vreau eu.
- Durere în stomac** — răutate legată de dorința de a domina — pe tine și pe alții. Acesta este obiectul sentimentului de vinovăție. Învinovățirea altuia este tot o răutate.
- Durere în picioare** — răutate legată de terminarea unei activități, obținerea sau cheltuirea banilor, într-un cuvânt, probleme economice.
- Durere în genunchi** — răutate ce împiedică mersul înainte
- Durere în tot corpul** — răutate contra a tot ce există, fiindcă nimic nu este așa cum vreau eu

Temperatura

Temperatura arată cât de energic încearcă corpul nostru să ne ajute să ardem sau să distrugem negativitatea pe care am absorbit-o prin nepriceperea și prin prostia noastră.

- Temperatură mare** — răutate puternică, cruntă
- Temperatură cronică** — răutate veche și de lungă durată (NB! Nu uitați de părinți!)
- Temperatură septică** — răutatea cea mai toxică pe care corpul nu o poate arde dintr-o dată pentru a reuși să supraviețuiască. După cum se știe, peste 41 grade Celsius omul moare.

Dacă răcim și prin răceală starea noastră se înrăutățește, pentru mulțimea de stresuri frigul ar fi ultima picătură care ar umple paharul. Dacă frigul ar fi cauza, ne-am îmbolnăvi cu toții.

Cine consideră frigul ca un factor de creștere a rezistenței, acela se călește. Cine vede în el doar partea rea, acelaia frigul îi va îngheța nasul ca să poată să-l urască.

Înroșirea

Înroșirea arată că răutatea se concentrează pentru a putea ieși afară. Pentru ca răutatea să încapă, vasele sanguine se dilată. Corpul știe că această răutate trebuie eliberată. Noi vedem roșeața la exterior, dar o astfel de inflamare se observă peste tot unde ea se acumulează până când unul din vase se rupe.

Oamenii care urlă de furie se înroșesc de răutate. Ei nu știu să-și elibereze inteligent răutatea și și-o varsă pe alții. Cine nu știe să evite acest lucru, va primi o lecție care glăsuiește așa: „*Nu-ți fie frică de cel care urlă!*” Cine nu se teme de oamenii răi și nu-i urăște, zbieretele lor nu-l vor atinge și nu-i vor pricinui nici o durere.

Dar ia priviți pe cel care ascultă urletele și se înroșește și el. Este deja o situație mai periculoasă. Acesta nu-și eliberează răutatea, ci o ține în el și se distruge. Cel care urlă, varsă cauza furiei, iar cel care tace, suferă și o ține în el.

Acest lucru este valabil și pentru înroșirea cu caracter inflamator. Toate bolide de piele posibile sunt însoțite de erupții cu roșeală. Rănile care s-au vindecat urât, au o nuanță roșiatică.

Alungă răul din tine

Sau, de exemplu, roșeala de la înțepăturile de insecte. Ea crește și crește și uneori este nevoie de intervenție chirurgicală. Se pare că nicio insectă sau reptilă nu mușcă pe omul bun.

Întâmplare din viața mea

Culegeam fructe dintr-o tufă. Mi-am amintit deodată de o mică problemă pe care n-o rezolvasem și de persoana vinovată. Eu știu să înțeleg viața, dar de la mine se cere mai mult. Nu de pomană mi-a fost dată mai multă înțelepciune. Dacă pentru unii care nu au învățat înțelepciunea iertării greșeala este mai mică, pentru mine greșeala este mare.

A apărut o viespe bâzâind supărată, ca să mă convingă. M-am îndepărtat de tufă și apoi m-am întors și mi-am continuat gândul. De data asta n-am mai auzit bâzâitul, dar am simțit o înțepătură ascuțită exact în locul unde își are sediul frica. Pentru că nu rezolvasem situația, frica a crescut și a devenit răutate. Am înțeles imediat că n-am procedat bine și, evident, am și înțeles cum să rezolv problema corect.

Am cerut iertare tuturor fricilor mele pentru că le-am lăsat să crească până când, de dragul meu, viespea s-a sacrificat. I-am cerut și ei iertare. Durerea a trecut la fel de repede cum a apărut. Nici o roșeață, nici o umflătură, nici o reacție la veninul de viespe. Ba prin veninul ei, viespea mi-a făcut mai bine.

Roșeala este vărsarea în afară a răutății acumulate într-o situație neplăcută, jenantă și umilitoare, răutate ce a fost înăbușită.

Acum despre roșeala (eritem) provocată de razele solare. Soarele este lumina care luminează necruțător esența

noastră. Cine se înroșește nefiresc de tare după ce a stat doar puțin la soare, acela trebuie să-și elibereze răutatea ascunsă și în anul următor corpul lui se va bronză cu ușurință. Dar cine confundă soarele cu o tigaie, acela se va supăra pe corpul său și va arde împreună cu el.

Orice căldură face ca răutatea să devină vizibilă.

Mărire excesivă

Se manifestă în următoarele forme:

1. Umflătură (edem)
2. Acumularea de lichid în cavități și organe
3. Îngroșarea excesivă a țesuturilor în organe, în cavități, în articulații. Aderențe
4. Tumoră
5. Cancer
6. Litiază (pietre)
7. Obezitate (adipozitate)

Indiferent de loc și de mărime, excesul este o creștere. Orice depășire a limitei duce la creștere. Orice creștere anormală este legată de acumularea de răutate.

Răutate mică — creștere mică

Răutate mare — creștere mare

Răutate ascunsă — creștere ce nu poate fi văzută cu ochiul

Răutate vizibilă — creștere care se vede

Cu cât răutatea este mai otrăvitoare, cu atât boala este mai toxică.

Cu cât răutatea este mai dușmănoasă, cu atât mai haină este boala.

Cu cât răutatea este mai concretă, cu atât boala este mai clară.

Alungă răul din tine

Cu cât răutatea este mai încăpățânată, cu atât mai dur este focarul de infecție, de exemplu, calculii.

Dacă pe om îl irită totul, atât situațiile personale cât și cele generale, și el nu poate să le rezolve sau ceilalți nu pot să le aplaneze, apare obezitatea.

Distrugere

1. Răniri:

- prin tăiere
- prin lovitură
- prin strângere
- prin arsură

Fie că provine de la o țeapă, de la un ciob, de la cuțitul de bucătărie, bisturiul chirurgului sau de la arma albă a unui criminal, rana este atrasă de răutatea din noi.

De la o julitură până la strangulări traumatiche – cu cât răutatea este mai înverșunată, cu atât rana este mai mare.

Răutatea arzătoare, răzbunătoare duce la răniri prin arsură.

2. Țesuturile nu se pot reface complet

- Răni care se vindecă urât.

Dacă omul nu trage nicio concluzie din necazurile sale și continuă să se înrăiască, rănilor nu se vor vindeca. Dacă copilul nu se însănătoșește, la asta contribuie răutatea părinților. Rănilor de pe piele se identifică simbolic cu porțile organismului prin care iese afară răutatea omenească. Ce se scurge din rană (secreții) caracterizează esența răutății.

- Boli de piele

Defectele pielii sunt orificiile prin care răutatea se revărsă în permanență. Când viața este tot mai supărătoare, pielea dă posibilitatea ca răutatea să iasă cât mai mult, altfel corpul ar pieri.

– Ulcerații trofice indiferent de cauza inițială a bolii.

Ulcerul tractului gastrointestinal.

3. Leziuni la oase:

– Ruperea oaselor

– Subțierea, înmuierea (decalcifierea) oaselor și alte fenomene patologice.

– Strâmbarea oaselor

– Luxații, întinderi de articulații.

Osul este tata și întruchipează sexul masculin. Osul se rupe numai de la o răutate apărută brusc. Cu cât răutatea este mai puternică, cu atât distrucția este mai mare. Răutatea paternă – supărarea pe tine însuși, pe alții și pe mama, răutatea maternă – supărarea pe tata, supărarea copiilor pe tata, supărarea pe tot sexul masculin, totul se depune în oase. Aici intră toate tipurile de răutate care se reduc la faptul că *pe bărbat nu te poți baza, el poate să te păcălească, să te trădeze*. Cel mai bine rupe oasele răutatea unui bărbat față de alt bărbat. Cu cât răutatea este mai concretă, cu atât fractura este mai curată. Un os zdrobit este semnul caracteristic al răutății confuze la un om cu un mod de gândire confuz. Totdeauna este valabilă regula că își rupe oasele, cel ce se înfurie pe altul.

Răutatea năvalnică duce la vătămarea traumatică a oaselor.

Răutatea ascunsă mult timp duce la distrucția patologică a oaselor – osteoporoză, osteomielită.

Exemplu din viață

Tatăl începe să-și caute iubirea în altă parte. O soție nu știe că bărbatul ei umblă pe de lături numai atunci când iubirea ei nu-l mai hrănește. Trădarea este descoperită și amândoi se dezonoarează. Rușinea, ascunsă față de ceilalți, se transformă în suflul femeii într-o dușmănie disprețuitoare cu care îl urmărește pe bărbat, chiar dacă el și-a recunoscut vina. În spatele stăpânirii de sine, în spatele unei vieți aparent frumoase, se ascunde neputința de a ierta.

Copilul acestor părinți va suferi de poliartrită deformantă cu distrugerea progresivă a țesutului osos. Copilul nu are cum să știe de acest episod nefericit din viața lor personală, pe care ei l-au ascuns. Pentru ceilalți, relațiile dintre soți erau exemplare. Și pe copil l-au educat în mod exemplar, dar corpul unui copil nu suportă minciuna și scoate adevărul la suprafață.

Până când copilul nu va ierta mamei lui dușmănia uci-gătoare împotriva tatălui său, oasele lui nu se vor lecu. Neștiința, nedorința de a scoate la lumină rătăcirile părinților sau negarea acestora nu vor îndrepta situația. Suferința delicată, politicoasă nu este niciodată treaba doar a acestui om. În primul rând, omul care are copii asigură sănătatea acestora și a nepoților. În al doilea rând, odată cu înaintarea în vârstă acest om va fi în grija altora și le va îngreuna viața, mai ales copiilor lui, și cu toate acestea de pe chipul lui nu va dispărea zâmbetul neputincios de om bun.

Sunt nevoită să spun oamenilor cât mai delicat posibil că ei nu trebuie să caute cauza necazurilor lor numai în părinți, ci și că ei înșiși sunt continuatorii aceluiași greșeli, dar nu am dreptul să-i oblig să le recunoască. Unii refuză categoric să recunoască că nu-și pot schimba modul de

gândire doar pentru că vine cineva și le spune că, totuși, nu au gândit corect. Acest cineva sunt eu. Dar dacă el nu se însănătoșește, înseamnă că motivul bolii nu a fost acest fapt rușinos.

Înverșunarea bărbatului contra femeii acționează prin forța lui fizică. Forța lui sufletească este slăbită.

Dacă tatăl poartă în el dușmănia și nu se debarasează din când în când de ea, precum un vulcan, copilul va cădea și își va rupe oasele.

La oamenii în vârstă fracturile au loc din cauza depunerii în straturi, pe fondul părintesc, a propriei răutăți acumulate de-a lungul vieții. Ca totdeauna, această răutate este din cauza sexului masculin și împotriva sexului masculin.

Fără excepție, toate traumele, inclusiv cele ca urmare a unui accident de mașină, se produc din răutate. Persoana de la volan aflată într-o dispoziție proastă poate fi vinovatul potențial al accidentului. Pentru persoana care, din economie de timp, alege pentru clarificarea divergențelor familiale un drum cu mașina, acest drum s-ar putea să fie ultimul.

Dacă sunteți nevoit să vă urcați într-o mașină sau un autobuz cu un șofer rău, iertați-l și transmiteți-i acea forță miraculoasă care transformă răul în bine – iubirea dumneavoastră cordială. Să fiți convins că veți ajunge cu bine la destinație.

Cine nu are răutate în el, nu va avea accident de mașină.

Cine nu s-a preocupat din timp de corectarea modului de gândire, dar imediat după accident începe să mediteze asupra greșelilor proprii și îi cere iertare corpului său, ace-

Alungă răul din tine

la se va face bine uimitor de repede. Chiar și oasele sau fragmentele care s-au deplasat din loc se vor mișca ușor la locul lor. Hemoragiile vor dispărea uluitor de repede, răniile se vor vindeca frumos. Dar, dacă victima accidentului și apropiații lui, mai ales părinții, vor căuta vinovatul în alții și își vor face planuri de răzbunare, însănătoșirea va întârzia mult, iar fenomenele reziduale pot să rămână pentru toată viața. Tot cei i se întâmplă unui om matur este, înainte de orice, propria lui greșală. Corpul așteaptă de la el o înțelegere corectă.

Dacă victima accidentului este fără cunoștință și nu poate gândi, cei apropiați trebuie să-și concentreze forța iubirii lor pentru binele celui drag. Iubiți, nu căutați vinovați. Aveți grijă, nu vă alarmați. Bucurați-vă măcar pentru faptul că este încă viu și prin iubire puteți să-l recuceriți pentru o viață de reală valoare. Restul lăsați pe mâna medicilor și nu-i deranjați, ei știu ce au de făcut. Și țineți minte, bolnavul are nevoie de liniște, să fie singur cu el însuși pentru a gândi. Lacrimile dumneavoastră nu-l lasă să se facă bine.

Exemplu din viață

De curând au avut loc două accidente de mașină la un interval de câteva zile. În ambele mașini erau pacienți de-ai mei. În prima mașină se aflau tatăl, mama, fiul și fiica lor. Tatăl s-a ales cu multiple fracturi pe partea anterioară a capului și în partea superioară a corpului și rănirea țesuturilor moi. Fiica avea răni mari pe față. Mama - fracturi la oasele bazinului. Fiul - nici o zgârietură. El își învățase foarte bine lecțiile de viață.

În a doua mașină erau mama cu cele două fiice.

Fetele, înțelepte fiind, și-au făcut lecția de iertare, s-au eliberat de frica de dinaintea unui drum primejdios. S-au eliberat și de răutate. Mama a suferit o rupere în V a vertebrei dorsale, fiicele – câteva vânătăi.

La vremea respectivă le-am sfătuit pe mame să se ocupe de ele însele pentru ca copilul să se poată însănătoși repede. Ambele au negat că sunt stresate. Trebuie să menționez că ambele familii erau intelectuali.

4. Secreții:

- Lacrimi
- Transpirație
- Salivă
- Mucozități din nas
- Flegmă
- Vomă
- Puroi
- Secreții ale organelor sexuale
- Sânge
- Urină
- Fecale.

De îndată ce au apărut, secrețiile trebuie să iasă din corp pe căile lor naturale. Dacă nu ies sau nu ies atât de abundent cât trebuie pentru scoaterea răutății, corpul se îmbolnăvește.

Gândiți-vă la fiecare fel de secreție, de care dintre emoții sunt ele provocate și veți înțelege specificul răutății pe care acestea le provoacă.

Cu cât răutatea este mai proaspătă și mai sângeroasă, cu atât mai sângeroasă este secreția.

Cu cât durata răutății este mai mare și cu cât s-a sedimentat mai mult, cu atât secreția va fi mai curată: *lacrimi*.

Alungă răul din tine

Lacrimile răutății provocate de tristețe apar pentru că omul n-a primit de la viață ce a dorit. Și el dorește lucruri, oameni și atâtea altele. Dorește să fie sănătos, dar nu vrea să recunoască că sănătatea depinde de el însuși.

Câteodată omul ajunge la extreme când, de exemplu, dorește ca mortul să învie. Am avut astfel de cereri, mai bine spus, obligații, pentru că, după părerea solicitantului, eu, ca medic, trebuia să repar greșeala altor medici, care nici măcar nu fusesse greșeală. Persoana nu era nici pe departe proastă, în accepțiunea obișnuită era ceea ce se cheamă om.

Moare cel al cărui spirit caută echilibrul sufletesc maxim pe care nu l-a avut cât a trăit. Omul deplâns nu are liniște nici după moarte. Dar, dacă în spatele jeliului se ascunde lipsa dorinței de a continua munca și obligațiile răposatului, celui care jelește îi va fi într-adevăr greu. Pentru că înainte acela făcea totul.

Neștiința și lipsa dorinței de a plânge sunt stresuri grave ce trebuie descătuse. Dacă omul încă nu a învățat să-și guverneze viața printr-o gândire corectă, trebuie să aibă posibilitatea de a da afară răutatea sub formă de lacrimi. În caz contrar, lacrimile se adună în țesuturi și în cavitățile corpului sub formă de acumulări de lichid.

Transpirația seamănă cu lacrima și scoate din organism, într-o mai mare cantitate, cele mai diferite feluri de răutate. După mirosul transpirației se poate determina caracterul unui om. Nici n-ar trebui, în general, să folosim deodorante. Răutatea trebuie eliberată chiar dacă omul nu transpiră și nu va transpira. Întrucât nu există un astfel de om care să fie lipsit total de răutate, nu există nici oameni care să nu transpire deloc. Echilibrul constituie norma.

Saliva ne arată cum își realizează omul scopurile. Cine gândește corect și se bazează pe el însuși, acela va avea rezultate bune. Dar dacă omul nu depune eforturi, dar vrea rezultate bune, considerând că i se cuvine, ca o reacție în lanț vor urma rezultatele negative.

Frica față de treburile cotidiene usucă gura și te face să o deschizi ca un pește pe uscat. Nici nu poți vorbi. Dar, dacă omul vrea să scape înainte de vreme de problemele sale, atunci, corespunzător cu graba sa illogică, poate să apară o salivă anormală până acolo încât să îi curgă balele. Viteza de salivă și dorința illogică se află într-o legătură reciprocă. Și, desigur, cunoaștem cu toții situația când din cauza unei dispoziții negative îți vine câteodată să scuipi.

Mucozitățile din nas înseamnă răutatea provocată de ciudă. Omul care se străduiește să fie bun și să facă bine, se simte jignit dacă cineva găsește vreun cusur în faptele lui. Cine umblă încoace și încolo cu o figură jignită astfel ca cel care l-a ofensat să vadă că el se simte jignit, la el ciuda se va manifesta prin mucozități care curg din nas. Cel care își ascunde însă umilința, din mândrie, pentru că vrea să se considere superior celui care l-a ofensat sau, ceilalți să-l considere așa, la el aceste mucozități se vor duce în sinusurile din maxilarul superior și vor provoca inflamarea acestora.

Dacă umilința și dorința de a o ascunde depășește orice limită a logicii umane, apare inflamația sinusului frontal care ne arată că prostia omenească pune rațiunea în pericol. La copii sinusurile din jurul nasului nu sunt dezvoltate. Dacă copilul nu este înțeles, dacă alarma dată de el nu este ascultată, dacă el este nevoit să-și înghită mereu la-

Alungă răul din tine

crimile de tristețe, vor apărea vegetațiile adenoide. Ele pot fi scoase, dar vor apărea din nou.

Starea permanentă de umilință provoacă guturaiul cronic. Elementul lui cel mai neplăcut este edemul care se manifestă mai ales în poziție șezând. Cel care are un edem puternic la rădăcina nasului nu poate să gândească, deoarece canalele lui energetice sunt înfundate. Senzația de durere surdă în cap îi îngreunează învățătura și dezvoltarea generală.

Strănutul este încercarea corpului de a arunca brusc afară umilința proprie și umilința provocată celorlalți. Strănută cei care au așa numita răutate de scurtă durată. Răutatea de lungă durată atrage după sine o boală lungă. Să nu vă rețineți niciodată, din politețe, pornirea de a strănuta. Din moment ce energia umilinței vrea să țâșnească în afară, lăsați-o. Altfel, veți face guturai.

Flegma este răutatea plângăreților, a văicăreliei și a problemelor legate de ea. Este în același timp supărarea pentru acuzațiile care ți se aduc, supărarea pe cei care te acuză și deci, supărarea pe tine însuși ca acuzator. La multe persoane secreția cronică de flegmă durează până când omul se smulge din cercul lui obișnuit. Tratamentul în stațiuni le ajută, dar odată reînțorși acasă secreția de flegmă reapare, fiindcă nu au înțeles de unde a apărut boala.

Voma arată o răutate provocată de silă, răutate contra necuviinței altora și adesea contra propriei necuviințe. Voma înseamnă dezgust față de viață. Dacă omul simte că nu poate ieși din impas, că nu poate face față situației, fie că nu are forța necesară, fie că nu are posibilități, atunci începe să vomeze. El se golește de murdăriile acestei lumi care îi produc greață – fie ea mâncare, fie o situație inacceptabilă din punct de vedere spiritual. Regretul după

vremurile apuse și dorința ca ele să se întoarcă, revolta față de ceva anume, lipsa dorinței de a merge înainte – în spatele lor stă teama de viitor care provoacă spasme în stomac și te face să dai afară conținutul acestuia. Există oameni care nu pot să-și provoace voma, chiar dacă trebuie. Aceștia sunt oamenii care nu se potolesc, care merg înainte în viață, pentru ei viața însemnând viitorul.

Puroiul însoțește răutatea provocată de neajutorare și de neputință – răutatea din umilință. Dacă un om mic la suflet, la spirit și la corp simte că este neajutorat și incapabil să rezolve o situație sau să o aducă în folosul său, răutatea lui va fi imprevizibilă. Puroiul este mărturia dorinței de răzbunare pentru umilințele îndurate multă vreme, mergând până la distrugerea tuturor, inclusiv a celor care nu sunt implicați în nici un fel. De aceea a umili, ca și a închide ochii la umilință, este un lucru periculos chiar pentru un observator de pe margine.

Așa se acumulează vrajba între popoare și state. Ea poate mocni veacuri în șir, ca focul sub cenușă. Dar și umilirea sexului feminin care durează de secole, tratarea femeilor ca oameni de categoria a doua și exploatarea lor (în lume continuând să existe dreptul celui mai puternic) poate să aprindă focul imprevizibil și irațional al urii, indiferent în ce situație.

Puroiul este răutatea dușmănoasă provocată de nemulțumirea față de viață în general. La un om căruia nimic nu-i este pe plac, nici binele, nici răul, dar care cu toate acestea trebuie să trăiască și să nu deschidă gura și care nu are o înțelegere clară a ceea ce trebuie să facă în continuare, la el, nici nu va reuși bine să treacă un buboi că va și reapare altul. Răutate mică înseamnă o bubă mică, răutate mare – un buboi mare. Așa este și caracterul lui – un mic dușman

Alungă răul din tine

sau o situație negativă abia au reușit să dispară și la orizont apar altele și mai grave. Dușmănia irațională față de viață, pe care omul o ascunde, deoarece vrea să fie bun, izbucnește în afară sub formă de puroi. Coșurile cu puroi de pe față sunt rezultatul unei răutăți din umilință. Prin el însuși coșul va provoca în continuare umilință, chiar dacă nimeni nu-l observă.

Odată cu *secreția sexuală* din organele sexuale iese în afară încrâncenarea legată de viața sexuală. Indiferent de diagnostic, indiferent de microbul care a produs îmbolnăvirea, cauza o constituie insatisfacția sexuală și dezamăgirea. Toate infecțiile genitale cronice care nu cedează la medicamente dispar o dată cu eliberarea de răutatea legată de viața sexuală și efectul vindecării se diagnostichează ușor în laborator. Cu cât îl veți învinovăți mai mult pe partenerul dumneavoastră, cu atât vindecarea va fi mai grea, pentru că, prin gândurile dumneavoastră, sunteți chiar provocatorul care vrea să vă dea în felul acesta o lecție de viață. Cine nu știe cum să mai născocească suferințe pentru celălalt, acela va suferi de infecții sexuale.

Specificul răutății legate de viața sexuală determină varietatea de infecții sexuale:

- trichomoniază – răutatea disperată a unei persoane ușurate,
- gonoree – răutatea posacă a celui umilit,
- chlamidioză – răutate autoritară,
- sifilis – răutate provocată de pierderea simțului de responsabilitate față de viață

Sângele corespunde simbolic răutății provocate de dorința de a lupta, de a se răzbuna. Dacă vă tăiați la deget cu cuțitul sau vi se întâmplă o altă traumă legată de sânge, asta înseamnă că setea de răzbunare caută să iasă pentru ca

dumneavoastră să nu faceți altceva mai îngrozitor. Ea știe că în realitate nu sunteți atât de sângeros pe cât sunteți în gând. Dar pentru a evita o dezlănțuire bruscă, când puteți să faceți rău altcuiva, răutatea se scurge sub formă de sânge.

Natura i-a dăruit femeii menstruația pentru a o curăți lunar de răutate. Uterul fiind organul chakrei sexuale, acumulează problemele sexuale pe care omul nu știe în nici un fel să le deosebească de problemele economice. Dacă nemulțumirea față de soț crește până într-acolo încât, într-un acces de răzbunare, soția începe să imagineze pedeapsa cea mai cruntă pentru el – să-l înșele, în acest plan păcătos își bagă coada o menstruație abundentă. Și unde te mai duci în situația aceasta... În felul acesta sunt ajutate femeile pentru care fidelitatea nu înseamnă lipsa de ocazii, ci sfințenie. Pentru cele care consideră că fidelitatea și morală sexuală nu fac nici cât o ceapă degerată, lecția va fi și mai aspră. Cu cât menstruația este mai abundentă, cu atât s-au acumulat mai multe stresuri. Odată cu sângele se elimină și nervozitatea premenstruală. Cu cât mama este mai nervoasă, cu atât fiica ei va avea o menstruație mai abundentă chiar de la început. Când femeia își ascunde cât mai adânc problemele sexuale, apare amenoreea – lipsa menstruației.

Cu cât secreția este mai urât mirositoare, cu atât mai rău mirositoare este răutatea. *Urina și fecalele* scot și ele răutatea afară. Cu cât fecalele sunt mai închise la culoare, cu atât mai multă fiere se elimină odată cu ele. În vezica biliară se acumulează răutatea cea mai vulgară. Dacă omul vrea să se elibereze de răutate și dacă nu se jenează să pară rău, fecalele lui vor fi închise la culoare. Dacă omul vrea să pară inteligent și răutatea din el ajunge la concentrația

Alungă răul din tine

maximă, corpului îi vine în ajutor icterul pentru ca, totuși, răutatea să fie scoasă afară. În felul acesta corpul încearcă să-l ajute pe om să rămână în viață. Dacă omul nu vrea să renunțe la răutate pe căi normale, asta se vede în fecalele deschise la culoare, în urina anormal de închisă și în culoarea gălbuie a pielii din cauza pigmentilor biliari.

Odată cu *urina* se elimină și dezamăgirile legate de viață. Dacă omul nu mai este capabil să suporte dezamăgirile, urina lui devine acidă. Iar dacă odată cu urina se elimină și albumină, corpul are o posibilitate și mai mare de a scoate afară sentimentul de vinovăție și de învinuire a altora. Aceasta arată că din punct de vedere fizic, corpul a atins punctul critic. Dezamăgirile acumulate au devenit periculoase pentru viață. Albumina este principalul material de construcție pentru corpul nostru și este sinonim cu energetica sentimentului de vinovăție. Dacă sentimentul de vinovăție crește până la o cotă critică, corpul se distruge, ori direct și repede, ori indirect prin înlocuirea albuminei cu un țesut gras.

Odată cu *fecalele* se elimină dezamăgirile legate de sfera volitivă. Dacă omul s-a suprasolicitat până la ultima picătură pentru a-și atinge un scop, dar lupta lui înrăită cu viața nu a dus la rezultatele scontate, fecalele lui vor fi pline de substanțe toxice, caracteristice pentru boală și asta duce la îmbolnăvirea sigmoidului și rectului. Dacă dezamăgirile îl înrăiesc pe om într-atât încât să-l transforme dintr-un om generos într-un zgârie-brânză, toată otrava în-crâncenării rămâne în corp și poate provoca cancerul intestinului gros sau al rectului.

Dacă omul are o încredere excesivă în corpul său sau îi cere mult prea mult, corpul, conform acestor gânduri, va încerca, printr-o osârdie și mai mare, să-l ajute. Rezultatul

va fi scăpări de urină și de fecale, La copii, această problemă are legătură cu părinții. Frica mamei față de soț i se transmite copilului ca frică față de tata și atunci rinichii, blocați de frică, pot să se elibereze și să-și facă treaba în somn. Copilul va avea enurezis de noapte. Dacă însă copilul se teme de tata pentru că acesta este prea sever sau rău, el va scăpa urina în timpul zilei. Cu timpul, frica față de tata se adâncește și poate duce la scăparea de fecale. În felul acesta se eliberează răutatea acumulată de un om supus.

5. Fenomene de disfuncție:

- avem ochi, dar nu vedem,
- avem urechi, dar nu auzim,
- avem cap, dar nu judecăm,
- avem coarde vocale, dar nu vorbim,
- avem organe sexuale, dar ele nu fecundează și nu concep copii,
- avem mâini-picioare, dar ele nu se mișcă,
- avem organe, dar ele nu-și fac treaba,
- avem piele pe cap, dar nu avem păr,
- și așa mai departe.

Despre *căderea părului*. În general se consideră că bărbații chei sunt inteligenți. Frica și dezamăgirea că *nimeni nu mă iubește* afectează stratul de păr atât la femei cât și la bărbați. Chelirea puternică are loc după o criză sufletească. Oamenii de tip luptător nu pot înainta în viață fără iubire, dar vor acest lucru. Pentru a merge înainte, oamenii chei caută inconștient contactul cu forțele superioare și îl găsesc... Spiritul lor este mai deschis decât la persoanele cu păr frumos. Iată că în tot răul este și un bine.

Moda actuală salută tunsorile scurte sau rasul în cap întrucât noi toți căutăm inconștient contactul cu Dumne-

Alungă răul din tine

zeu și acesta este un mijloc de contact. Știm cu toții de căderea părului în urma iradierii sau intoxicării. Puneți-vă acum în locul corpului dumneavoastră și încercați să vă imaginați ce a simțit el când în mod conștient i-ați făcut un rău, în loc să extrageți o învățătură din semnalul pe care l-a tras. Evident, corpul simte că nu este iubit, că este urât, dar continuă să-l învețe pe om. Cei care vor înțelege acest lucru, vor evita căderea părului.

Dacă în urma unei boli capacitatea motorie a corpului scade, asta înseamnă că răutatea acestui om devine periculoasă pentru societate. Corpul ne dă posibilitatea de a ne schimba modul de gândire. În caz contrar, răutatea irumpe în afară și omul va săvârși o crimă. Spiritul știe însă că această lecție – a te afla în postura de ucigaș – nu este necesară în această viață.

6. Slăbirea, extenuarea, uscarea, mortificarea.

Se spune despre cineva că s-a uscat. Aceasta înseamnă distrucție. La început, insesizabil pentru ochi, se mortifică organele, de exemplu ficatul în cazul cirozei. Totdeauna, aceasta este urmarea distrugerii într-o lungă perioadă de timp. Semnele de avertizare au fost ignorate. Nimic nu se produce întâmplător sau pe neașteptate. Corpul nostru ne îndeamnă atât de vizibil să fim atenți că se creează o anumită situație încât pur și simplu nu este posibil să nu băgăm de seamă.

Din punct de vedere medical, ciroza este o vătămare provocată de alcool sau o acțiune chimică. Se întâmplă ca o persoană să se simtă nefericită mai mult din cauza diagnosticului decât din cauza bolii ca atare, pentru că toată viața a băut doar câteva pahărele de votcă în plus față de alții și diagnosticul i se pare nedrept. O astfel de persoană

este victima caracterului său închis. În lupta lui cu viața s-au depus, pe parcurs, straturi atât de adânci de răutate distrugătoare încât ficatul s-a mortificat. El crede că prin răutatea lui surdă și prin disprețul față de oamenii răi, își exprimă doar revolta, dar în realitate a acumulat mai multă răutate decât toți scandalagiii la un loc.

Prima care dă alarma este pielea. Pielea ascunde viața sufletească.

Pielea este harta geografică a vieții sufletești a omului.

Pigmentația este determinată de temperament.

Un țesut gras este camera răutății.

Pruritul (mâncărimea) dă semnalul în legătură cu mortificările apărute în mișcarea energiei.

Amintiți-vă ce gând v-a venit în minte când ați citit aceste rânduri. Le-ați raportat și la dumneavoastră? Sau v-ați îngrozit câți bani ați cheltuit pe cosmetice? Dacă este așa, nu trebuie să disperați. Lecțiile umanității ating totdeauna la portofel.

O piele uscată înseamnă că omul nu vrea să-și arate răutatea. Cu cât pielea este mai uscată cu atât răutatea este ascunsă mai mult.

Descuamarea pielii se manifestă în special sub formă de mătreață. Mătreața exprimă dorința de a te elibera de prostia care te irită.

Descuamarea pielii uscate arată o nevoie acută de a te elibera urgent de răutate, ceea ce nu vine însă din neștiință.

Înroșirea pielii uscate este o răutate care a devenit explozivă.

Descuamarea și înroșirea sub formă de pete este caracteristică pentru psoriazis. Psoriazisul este un masochism sufletească: o răbdare sufletească eroică ce îl ferește pe om prin amplexarea ei.

Alungă răul din tine

Pielea grasă este caracteristică persoanelor care nu se jenează să-și verse răutatea. Ea rămâne mult timp tânără pentru că omul își eliberează răutatea din captivitate; pentru aceasta grăsimea îi mulțumește corpului. Tinerii iartă mai ușor decât bătrânii.

Cu cât pielea este mai grasă, cu atât omul arată mai mult ce este răul și prin răutatea lui face bine.

Iar cine își iese din sărite la supărare și începe să caute pe cineva pe care să-și verse răutatea, fără să tragă nici o concluzie din greșeala sa, la acela răutatea acumulată va forma focare de puroi. Bubele cu puroi sunt dovada că omul respectiv are o răutate deja mai concretă sau un dușman concret, dar o ține în el. Răutatea vărsată la locul potrivit și cu un scop potrivit hrănește pielea cu grăsime.

O piele normală înseamnă un om echilibrat.

Pigmentul este „luminița” vieții, temperamentul. Cine își învinge temperamentul socotind că nu este frumos și nu este inteligent să-l afișezi, acela are pielea albă. Dar dacă acest om reținut începe să se enerveze că altora, mai puțin educați, le merg bine treburile, pigmentul va erupe, ca un mic vulcan, într-o pată pigmentată exact în locul unde își are cuibul problema lui. Nu că cei cu piele albă nu au pigment, au, dar el este pur și simplu ascuns.

Petele pigmentate ne spun că persoana respectivă nu-și cunoaște suficient meritele, nu se poate afirma, demnitatea lui este afectată. Petele innăscute – alunițele – provin de la stresurile similare ale mamei. Apariția lor în timpul vieții, fie că sunt mai mari sau mai mici, este manifestarea propriilor stresuri.

Petele depigmentate înseamnă sentimentul înconștient de vinovăție din cauza căruia omul nu-și permite să se

afirme, chiar dacă este extrem de necesar. Se stăpânește de frica opiniei celorlalți. Petele parțial depigmentate sunt semnul datoriei, karmei din viețile anterioare.

Petele roșii de pe piele sunt provocate de emoție și ne arată că se dă o luptă între frică și răutate.

Despre cât de greu este să ierți

Mi se pune de multe ori întrebarea: „*De ce te ocupi tu de o asemenea treabă grea?*”

Pentru mine nu este grea, ea este sensul vieții mele pentru că, prin ea, eu văd ce se poate vedea numai prin iertare. Mă doare faptul că oamenii consideră iertarea o treabă nemaipomenit de grea. Mă doare să văd că omenirea se îndreaptă cu obstinație spre propria pieire, pentru că nu vrea să înțeleagă viața. Omul nu vrea să-și recunoască greșelile și asta îl va distruge.

Cu cât omul se eliberează mai mult de stresurile sale, cu atât va vedea în toată goliciunea sa adevărata față a lumii, a oamenilor și a sa proprie. Tabloul acesta nu este dintre cele mai plăcute, dar cel care a iertat poate să se uite la el liniștit, fiindcă și-a dobândit echilibrul interior. Va ajuta celorlalți, dacă ajutorul este primit, și nu va ajuta, dacă ajutorul este refuzat. Nu va avea emoții. Nu va simți nici tristețe, nici bucurie, nici răutate, nici iubire.

Cel care iartă, simte și vede totul în adevărata sa esență. Esența este în afara emoțiilor. Va fi el însuși. Asta înseamnă liniștea sufletească. E ca și când a devenit un înțelept fără să facă nici un efort. Știe ce trebuie să facă. Spiritul lui eliberat îi descoperă înțelepciunea Unității Supreme.

Alungă răul din tine

Atingând acest nivel, la început omul se poate speria – este o senzație de gol atât de neobișnuită încât te sperie. Senzația aceasta poate să treacă imediat, dar poate să și rămână, dacă apare teama că ți-ai pierdut mințile.

După un timp reapare nevoia de a fi, pur și simplu, și de a nu mai reacționa la nimic. Sentimentul acesta se deosebește de apatia stării de nimicnicie și de starea cotidiană de relativă liniște și echilibru.

Starea de nimicnicie nu este altceva decât starea când te afli în impas.

Senzația de liniște sufletească înseamnă deschidere către tot. Cu cât mai mulți oameni se vor elibera și vor ajunge să aibă această senzație, cu atât mai repede lumea va deveni mai bună.

Fiecare dintre noi ajungem la ea pe căi diferite. Mulți se simt zdruncinați interior și îi cuprinde spaima pentru că nu înțeleg situația. Senzația este că trupul se rupe în bucăți care nu mai pot fi reunite la un loc. Vechile reprezentări se prăbușesc și strângerea lor la un loc chiar nu mai este necesară. Eliberați-vă de frica față de această senzație și de teama că ar putea fi și mai rău. Este un adevărat chin sufletesc. În același timp trebuie să vă puneți în ordine relațiile cu materia pentru ca totul să decurgă mai puțin dureros pentru dumneavoastră.

Calea vieții unui om duce în viitor. Ca să fii om trebuie să alegi.

Mi se pune întrebarea: „*Cu ce te alegi? N-o să-i vindec pe toți*”. Le răspund: „*Cel puțin voi muri mai deșteaptă*”.

Nu clarviziunea este importantă. Important este să trăiești cinstit și când ai pus capul pe pernă să știi că ai făcut multe fapte bune. Fiecare nouă zi, ca și noua viață, se va

deschide în toată splendoarea și îți va da tot ce e mai bun din ce îți este necesar. Important este să-ți găsești sensul vieții.

Cine nu are liniște sufletească, poate să reacționeze negativ chiar la ce e mai bun. De exemplu, dacă ești lăudat poți să strălucești de fericire, dar poți să te și miri cu calm: *„Ce este așa de special în ce am făcut?”* Ai putea să te superi, pentru că tu știi mai bine decât oricine cât de infimă este realizarea ta. Un om deștept primește cu calm lauda și gândește în sine: *„Ți se pare că merit să fiu lăudat, dar eu merg mai departe pe drumul meu”*. Un om deștept primește critica cu calm: *„Ai impresia că nu am dreptate, dar o să vezi. Tu m-ai învățat să acord atenție lucrurilor mărunte care până acum mi se păreau neimportante. Mulțumesc! O să merg înainte pe calea mea”*.

Recunoașterea sinceră nu are nevoie de cuvinte. Omului prost îi plac laudele ipocrite. Deșteptul are nevoie de o critică cinstită. Din păcate, pe lumea asta sunt prea multe laude prefăcute și prea puțină critică cinstită. Dar e și asta un semn al timpurilor noastre.

„De fiecare dată iert, mă simt ușurat, apoi o iau de la capăt. Unde greșesc? Poate că ce fac, nu fac cum trebuie?” mă întreabă lumea cu disperare în glas.

Emoțiile sunt ca valul, se învâlburează repede, dacă le ții închise în dumneavoastră. După ce ați iertat, vă culcați pe o ureche. Ce să vă mai osteniți, dacă acum vă e mai ușor? Și apare cineva care vine la dumneavoastră să-și spună necazul...

Fiind un om bun, din compătimire, (adică din sentimentul de vinovăție), veți lua imediat asupra dumneavoastră o parte din povară, fără să înțelegeți că nu mai aveți forțe pentru a-i sări în ajutor. După aceea veți începe să vă

Alungă răul din tine

învinovățiți că nu v-ați oferit chiar dumneavoastră să-l ajutați, deși ați văzut că aștepta acest ajutor. Atunci veți gândi speriat: „*Dar dacă o să mi se întâmple și mie?*” Și imediat parcă vă simțiți mai rău. Nu-i, oare, așa? Cine se teme că va veni lumea la el să-și spună necazurile sau cine are un sentiment de răutate față de cei care se plâng, acela sigur va fi căutat de diverși care îi vor povesti despre suferințele lor.

O fiică bună va pune la inimă plângerile bunei sale mame și, ca rezultat, se va alege cu un miom sau o altă tumoră. Mamei nu îi va fi în nici un caz mai bine, ba dimpotrivă, îi va fi mai greu când va afla despre boala fiicei ei. Prin urmare, fiica trebuie să se elibereze de spaime și de compătimire – care duce la boală – acesta fiind într-adevăr un sentiment de vinovăție, deoarece ea nu a făcut lucrul pentru care a apărut pe lume – să îndrepte greșelile mamei ei. Dar nici mama nu și-a corectat greșelile și acum se scaldă în lacrimi. „*Nu am o inimă de câine, să nu-mi pese de fata mea*” – spune o astfel de mamă.

Și astfel își fac reciproc numai bine, bine ce le duce pe amândouă la groapă. Acum moartea trebuie să ia asupra sa munca pentru ispășirea răului. Dar noi, dragi oameni, am venit pe lume ca să facem noi înșine acest lucru. Pe toți ne va îngropa sentimentul de vinovăție, frica și răutatea, dacă nu vom învăța să ne eliberăm de ele.

Vă rog să mă credeți, cu cât veți învăța mai repede lecția iertării, cu atât vă va fi mai ușor să trăiți.

Teama de a nu greși este tot o spaimă. Trebuie înțeles tâlcul fiecărui gând și atunci gândurile rele ale altora nu vor putea să ne murdărească gândurile noastre curățite. Când vedeți că vine spre dumneavoastră o persoană care

nu vă face plăcere, puneți-vă imediat întrebarea: „De ce simt așa? Ce vrea să mă învețe gândul acesta?”

„Aha! Vine să-mi aducă aminte că nu pot să-i sufăr pe intriganți. Că nu pot să sufăr bârfele. Sau, mai bine zis, îmi place să mai trag și eu o bârfă, dar nu+mi dau seama că de fiecare dată asta îmi strică relațiile cu ceilalți sau că starea mea de sănătate se alterează. Pur și simplu, te îmbolnăvești dacă te gândești că lumea este rea”. Cam așa ar trebui să gândim și să ne eliberăm imediat de stresuri pentru ca să putem de la bun început să nu intrăm într-o conversație neplăcută.

Iertarea este o muncă sfântă. Ea nu va da rezultate, dacă nu ne înțelegem greșelile.

Repetarea monotonă este bună la început, pe urmă ar fi cazul să ne deșteptăm. Bolile mai ușoare trec mai repede. Bolile mai grele ne obligă să mergem mai în profunzime.

Hai-deți împreună cu mine.

Imaginați-vă următoarea situație: tratând un copilăș, am iertat pe bunice – bunici, am iertat și greșelile lor dintr-o viață anterioară, ne-am eliberat de o mulțime de stresuri ale mamei și ale tatei. Copilul se reface repede, dar pentru vindecarea completă este necesar ca mama să-l iubească întâi de toate pe tata. La care mama va zâmbi ironic: „*Păi cum, dacă nu-l mai iubesc!*”

Mi-a fost greu să privesc cu calm și cu înțelegere în ochii soțului ei și ai copilului, dar am învățat să fac și acest lucru, fiindcă știu că ei trei sunt unul pentru celălalt o lecție aspră de viață și că trebuie să sufere. În viețile anterioare ei au jucat în roluri exact opuse.

Alungă răul din tine

„Am greșit. Bărbatul acesta nu e pe gustul meu, asta nu e dragoste” – declară femeile care au copii, uneori chiar mulți copii. Ceva asemănător n-am auzit de la nici un bărbat. Sigur, nu-mi spun ei chiar tot. Probabil că sunt și alt fel de bărbați. Dar ce am avut ocazia să văd la femei m-a îngrozit. Am în vedere incapacitatea îndărătnică și păgubitoare de a ierta, provenită din neînțelegere. Aceasta ne arată că ele nu au simțul responsabilității față de viață. Poate o astfel de mamă să fie în ordine cu sănătatea? Nu, nu poate. Ea boalește în aceeași măsură în care i-a făcut să sufere pe soțul ei și pe copil.

Am destul de des ocazia să văd cu mâhnire că mamele nu vor să facă nimic, nici pentru ele însele, nici pentru copii, atunci când vine vorba despre știrbirea ego-ului propriu. Părinții se jenează să-și recunoască greșelile în prezența copiilor. Ei nu cred că un copil este în stare să priceapă adevărul. Și într-adevăr, cu cât copilul este mai mic, cu atât este mai cinstit și mai sensibil. Mi s-a întâmplat să văd cum i-au strălucit ochisorii și cum și-a îndreptat spina-re-a un copil care a asistat la o discuție când părintele lui a spus: *„Da, n-am procedat bine. N-am știut. Pot să mai îndrept ceva?* Respectul copilului față de tată sau de mamă crește văzând cu ochii. Atmosfera din familie se ameliorează, nu mai domnește înstrăinarea. Necesitatea de a se susține unul pe celălalt prin iubire îi unește pe oameni în familie. Dar o familie în care mama este mai importantă decât tata sau tata mai important decât mama, în care unul tiranizează pe celălalt, este o familie distrusă, chiar dacă privit din exterior totul este încă în ordine.

„Uite ce mamă grozavă ai!” – îi spune unui copil o musafiră îndărătnică al cărei egoism nu-i permite să înțeleagă modul cum explic eu problemele vieții de familie.

Această ură contra soțului, crescută sub masca iubirii, acționează ucigător asupra copilului. El își va urî violent tatăl pentru viața nefericită a mamei. El nu va înțelege că răutatea lui împotriva tatei provoacă drept răspuns răutatea acestuia. Pentru o privire profană și, mai ales, judecând după jaloanele proprii, mama s-a sacrificat zeci de ani și a avut grijă de soț, în timp ce acesta s-a înrăit din ce în ce mai mult fără să-și cruțe nici măcar copiii. Mama, fiind sufletul copilului, acționează asupra soțului prin copil. Nici unul din ei nu vrea să înțeleagă acest lucru.

Manifestarea griii este un instinct. Grija este caracteristică și animalelor. Dragostea umană este o dragoste sufletească, ea ne face oameni.

Cu ce sentiment intrați într-o legătură intimă? Cu ce sentiment ați conceput copiii?

Și acum răspundeți pentru dumneavoastră – știți oare, în general, ce este aceea iubire sufletească?

Chiar înainte de măritiş, femeia își stabilește pentru sine scopul căsătoriei – *o să-mi fac o familie, o casă frumoasă, o mașină, o situație și voi avea o viață frumoasă*. Bărbatul se străduiește să-i dea toate acestea și i le dă, dar, pentru că este extrem de ocupat, nu mai are timp, nici chef să-și mângâie soția. Bine că măcar îi merge organul sexual pentru a extrage iubire din biocâmpul femeii.

Bărbații văd ce nu se vede cu ochiul, dar, din păcate pentru ei, nu sunt conștienți de acest lucru și de aceea nu au încredere în ei. Fără să li se spună, ei simt setea de a câștiga a soției lor și cuvintele tandre, pe care femeile le așteaptă atât de mult, mor pe buzele lor.

Se spune că femeile iubesc cu urechile, iar bărbații cu ochii.

Alungă răul din tine

Nu! Cuvintele aprind *patima* feminină, în privirea bărbatului se dezlănțuie *pasiunea* masculină.

Se iubește cu inima.

De aceea dragostea sufletească nu are nevoie nici de cuvinte, nici de podoabe pentru corp. Inimile iubitoare se vor recunoaște totdeauna între ele. Cunoscători în această treabă, care nu se pot înșela, sunt bărbații serioși și economi la vorbă, numai că ei nu sunt conștienți de asta și nu știu să se exprime prin cuvinte.

Un om dezamăgit în iubire își încălzește în prealabil pasiunea. Bărbatul reușește mai ușor. La început el soarbe din ochi locurile tănuite ale corpului feminin. Pe măsură ce sexul feminin se dezgolește, sentimentele erotice ale bărbatului se tocesc. Un corp feminin normal, dezbrăcat, nu-l mai excită. Șmecheriile de a-și schimba aspectul exterior, chiar dacă îi mai biciuie pasiunea, îi omoară dragostea sufletească. Corpul femeii se transformă din ce în ce mai mult într-o marfă.

Bărbatului îi este din ce în ce mai greu să trezească pasiunea femeii, pentru că îi este tot mai greu să spună cuvinte false. Se știe pentru ce îl apreciază femeia. Dacă femeile măritate și-ar înfrumuseța corpul, așa cum o fac prostituatele, prin lenjerie sexi și zorzoane, soții lor și-ar mai dezlega limba – e ușor să pui mâna pe un lucrușor frumos. Dar, prin comportamentul lor, femeile măritate **pretind** ca bărbatul să-și facă datoria în pat, el face ce trebuie – muncește și în relațiile intime. Aici, nu mai poate să-l ajute nici măcar un mic atribut erotic. Niciunul dintre ei nu știe să se descurce în adevăratele necesități proprii. Ce să mai vorbim de soție!

La joc bărbatul răspunde prin joc. La iubire – prin iubire. La obligație – prin obligație. Își face „treaba” în pat

și se întoarce pe partea cealaltă, să adoarmă mai repede, pentru că mâine are foarte mult de lucru – trebuie să umfle portofelul cât mai tare. De aici a apărut vorba că viața sexuală obosește, extenuază, este periculoasă pentru cei bolnavi etc.

Doar atunci când se simte vinovat față de soție, că n-a reușit să-i dovedească prin fapte că o iubește, se poate întâmpla ca bărbatul să facă infarct în timpul actului sexual. Se va supăra pe el însuși chiar în timpul coitului că nu este înstărit. Bolile de inimă apar din sentimentul de vinovăție. Este foarte clar că autobicuierea face rău.

Aici aş fi vrut să subliniez din nou importanța legii cauză-efect.

Lumea vede mai mult greșelile bărbaților și îi face pe ei vinovați. Femeia, este ea oare doar partea vătămată?

Fapta bărbatului este imaginea în oglindă a gândurilor femeii. De la bun început pentru bărbați nu a fost caracteristic negativismul.

Un gând bun al femeii se manifestă într-o faptă bună a bărbatului.

Un gând rău al femeii se manifestă într-o faptă rea a bărbatului.

Dacă femeia știe să-și iubească mai întâi bărbatul, acesta nu va face nimic rău. Dar dacă femeia se va purta cu el ca și când ar fi proprietatea ei, el va începe să lupte pentru viața sa cu frica de moarte, irațională, a unui prizonier. Așa apare răutatea. Izvorul cumineniei și fericirii este iubirea, a cărei forță motrice este femeia.

Dragostea față de aproape nu poate deveni o forță distructivă. Această transformare este posibilă numai atunci

Alungă răul din tine

când iubești ca un proprietar, când ce nu-ți mai trebuie arunci la gunoi. Dragostea sufletească, cea care zidește familia, crește odată cu anii. Iar emoția, care a fost luată drept iubire și care a fost motivul creării unei familii, va dispărea. Emoțiile, chiar dacă sunt necesare din punct de vedere omenesc, ele provoacă stresuri și păgubesc iubirea.

Femeie, eliberează-te de egoism și vei descoperi că înțelegi viața cum trebuie. Renunță la părerea că femeia are totdeauna dreptate! Copilul tău vrea să trăiască și să fie fericit...

Cel mai greu le este acum copiilor, pentru că sufletul lor curat este amenințat cu distrugerea.

Cultul pentru consumul corpului omenesc a devenit pentru adolescenți măsura valorii umane. Numai într-o casă unde părinții se iubesc, copiii simt inconștient ce este aceea dragoste sufletească și vor ști să prețuiască acest sentiment mai presus de orice, chiar dacă li se va întâmpla să se lase ispitiți și să atragă asupra lor o lecție dureroasă.

Respiră ca să fii sănătos

Cea mai mare importanță o are energia gândirii.

După ea urmează energia respirației.

Un exemplu. Este adus la cabinet un om în vârstă cu dureri mari, care n-a auzit nimic despre forța vindecătoare a iertării. Este clar că în momentul respectiv este inutil să-l înveți să ierte. Mai întâi trebuie să faci să nu-l mai doară. Și atunci îi spun următoarele:

Gândiți-vă împreună cu mine. La fiecare inspirație trageți înăuntru binele și la fiecare expirație dați afară răul. Locul dureros respiră și el, deși n-ați știut acest lucru până acum. Acum, eu împreună cu dumneavoastră, prin inspirație, voi duce binele în locul bolnav și, prin expirație, voi scoate răul din locul bolnav. Acum vom inspira și mai mult bine și vom expira și mai mult rău. Nu, pentru asta nu trebuie să respirați mai adânc. Vom da, cu gândul, posibilitatea ca binele să intre mai adânc pentru ca răul să poată ieși. Nu trebuie să facem nicio pauză. Minunat, continuăm să respirăm împreună. Nu uitați să vă gândiți. Am expirat răul și am inspirat binele, am expirat răul și am inspirat binele, am expirat mai mult, și mai mult rău și am inspirat mult bine, mai mult bine. Deja v-a mai trecut... Ați expirat răul, ați inspirat binele...

Durerea, aritmia, accesul de astm trec în câteva minute. În cazul insuficienței cardiace și astmului expirăm, în plus, și sentimentul de vinovăție care îl apasă pe om și efectul apare și mai repede.

Energia care intră odată cu respirația este energia pură, dumnezeiască. Modul nostru pozitiv de a gândi sporește puritatea și cantitatea de energie inhalată.

De multe ori mi se pune întrebarea: cu ce să încep dacă nu știu să-mi înțeleg stresurile? Unora li se pare o barieră greu de depășit. Atât de greu, încât mai degrabă ar lăsa să i se taie unul dintre organe – așa de tare se grăbesc. Graba naște totdeauna lipsă de rațiune. Omul consideră pierdere doar ceea ce vede cu ochii lui. A lăsa să i se taie o mână sau un picior – asta nu!, dar dacă este vorba despre un organ intern – parcă nu-i pare atât de rău. Abia după aceea, ulterior, această pierdere își va arăta importanța. Despre principalele stresuri care provoacă boala eu am

Alungă răul din tine

scris în prima carte „Cum să te ferești de boală și cum să fii sănătos”. Ca să înțelegeți tabelele și schemele din carte, apelați la memoria dumneavoastră și la gândire.

Deslușirea cauzei prin intermediul bolii este același lucru cu lichidarea urmărilor ei. Ar fi fost mai bine ca răul să fi fost prevenit. Pentru aceasta există minunate posibilități întruchipate de propriile noastre gânduri.

În medie un om are 15 inspirații și expirații pe minut. La fiecare inspirație, în conștientul nostru intră un gând. Jumătate din gânduri sunt negative.

Ce înseamnă asta? Înseamnă următoarele:

La fiecare inspirație rațiunea noastră ne trimite un gând, pentru a pricepe. Subliniez – spiritul meu îmi dă de știre ce se va întâmpla.

Când îmi aud spiritul și știu că trebuie reținut binele și dat afară răul, imediat eu iert gândul rău care atrage asupra mea o întâmplare rea.

Cer iertare gândului meu rău că l-am lăsat să crească până la aceste dimensiuni, fiindcă n-am înțeles că el a apărut ca să mă învețe și că, fie și numai pentru asta, el trebuie să-mi provoace o durere.

Cer iertare spiritului meu că n-am știut să-l ascult mai devreme și îi mulțumesc din tot sufletul pentru ajutor. Sentimentul de eliberare este ajutorul de primă necesitate dat mie de către spirit pentru ca eu să știu că am reușit.

Cer iertare corpului meu pentru că, neștiind să gândesc, i-am provocat atâtea suferințe.

Când mă bântuie îndoielile, spiritul îmi spune că îndoiala este frica de a crede în mine însumi și acest stres așteaptă și el să fie eliberat.

Orice gând care mă vizitează îmi este trimis de către spiritul meu ca să învețe mintea mea.

Orice gând negativ vine ca să mă învețe exact contrariul. Dacă eu pricep și mă eliberez de el, mă izbăvesc de nevoia de a suferi. Capăt înțelepciune fără să sufăr, așa cum trebuie să facă orice om cu rațiune.

Fiecare gând merită să meditezi asupra lui și să tragi o concluzie.

Fiecare gând merită să meditezi asupra lui, nu o singură dată, și să tragi nu o singură concluzie.

Ziceți că asta este o viziune efemeră care nu folosește la mare lucru? Cine va începe să aplece urechea la gândurile sale și își va corecta viața după ele, acelui spirit îi va da posibilitatea să meargă tot mai departe. Corectarea lucrurilor mărunte se va transforma pe nesimțite în schimbări mai importante. Cine își corectează trecutul, își corectează prezentul. Cine își corectează prezentul, își corectează viitorul.

Pentru omul care își începe ziua cu o astfel de trudă de gândire, ea echivalează cu rugăciunea de dimineață. Iertarea este tocmai acea rugăciune, rugăciunea conștient direcționată, a cărei împlinire va fi pe măsura faptei făptuite. Dumnezeu îi dă întotdeauna omului ceea ce merită. Cine cere mai mult, acela va fi decepționat.

Stresul – prieten sau dușman?

Întreb câteodată oamenii: „De ce ați căpătat sentimentul de vinovăție? Frica? Răutatea? De la ce vi se trage? Sunt acestea un prieten sau un dușman?”

Alungă răul din tine

Pentru majoritatea răspunsul e cât se poate de clar – un dușman.

Cel mai bine înțeleg copiii. Pe ei îi învață în felul următor:

„Ascultă, copil drag! Sentimentul de vinovăție este un prieten care vine și îți spune că nu există vină, ci greșeli și din greșeli se învață. Toți am venit pe lumea aceasta ca să învățăm și să facem din rău bine. Pentru că, cu adevărat, binele este ceea ce fac eu însumi. Sentimentul de vinovăție vine ca să-ți spună: Lasă-mă și atunci tu vei fi deștept și puternic, atunci nimeni nu te va mai învinovăți. Dar, dacă tu nu mă lași, eu voi fi nevoit să cresc pentru ca să te fac slab și atunci tu nu vei mai putea să faci rău din prostie. Așa îți vorbește sentimentul de vinovăție.

Dar de unde vine frica? Prietenul tău, pe nume frica, vine să-ți spună – scumpule, ești un fricos. Eu vreau să te ajut să devii curajos. Numai omul curajos este puternic și deștept, de el nu se lipește răul. Fricosul este totdeauna slab și atrage răul.

Frica îți spune: prietene, dacă nu mă lași, eu voi crește și voi veni la tine mereu pentru ca într-o bună zi tu să înțelegi că numai eu te pot ajuta să nu te distrugi. Cine devine rău, va suferi. Prietenul frică îți spune: lasă-mă! Eu îți vreau binele. Spune-mi că ai înțeles că frica atrage răul și te îndeamnă să faci fapte urâte.

Fricile sunt multe, au multe nume, dar toate vin să te învețe să fii curajos. Lasă-le pe toate acasă, ele vor să câștige pe teren propriu. Spune-le chiar tu acest lucru, ele vor crede cu cea mai mare plăcere în vorbele tale. Fricile mele, de exemplu, cred în cuvintele mele. Și cere iertare corpului tău pentru că, ținând fricile în tine și dându-le voie să crească, i-ai pricinuit un rău. Cel mai bun prieten

al tău este corpul tău, el te iubește foarte mult și vrea să te învețe să fii deștept. Și tu vrei acest lucru. Deșteptul este curajos și puternic, bolile nu se lipsesc de el. Dacă trupul tău nu se simte bine, înseamnă că tu, din frică, ai lăsat să intre în el gândurile rele și el îți cere ajutor.

N-ai știut acest lucru și ai lăsat să intre în tine și răutatea. Ce vrea să-ți spună răutatea? Ea vine să-ți spună să te debarasezi de ea cât mai repede, altfel vei suferi. Acum ai ultima posibilitate să faci din rău bine. Răutatea care nu este dată afară, te distruge. Numai răutatea provoacă durere. De la răutate crește febra. Răutatea înroșește locul bolnav. De la răutate se fac edeme, se rup oasele și apar sângerări. Și asta numai pentru că tu nu te-ai gândit să lași răutatea acasă, să n-o iei cu tine.

Odată cândva răutatea a venit să te învețe ce este binele – este numai iubire. Dar pentru ca iubirea să poată veni și să te facă fericit, tu trebuie să dai afară răutatea. N-ai știut până acum acest lucru și ai fost nevoit să suferi. Acum, las-o acasă, n-o lua cu tine. Ea se va bucura, fiindcă îi e bine acasă. Acasă e totdeauna cel mai bine, nu-i așa?

Dragă copile! Dacă cineva îți spune că ești rău, asta înseamnă că e nevoie ca tu să-ți trimiți la plimbare răutatea, altfel te vei îmbolnăvi. Ea vine tocmai pentru asta, ca să-ți spună că în tine s-a instalat răul și că el vrea să-i dai drumul afară. Ea nu știe să-ți zică altfel, decât să-ți spună că ești rău. Iart-o pentru această confuzie”.

Eliberarea copilului de stresuri depinde de mamă. Dacă mama nu crede că boala vine de la gânduri, nici copilul nu poate fi convins că este așa. Și până când mama nu va crede că boala copilului provine din gândurile ei, copilul

Alungă răul din tine

nu se va înzdrăveni total, chiar dacă chirurgical i se va tăia organul bolnav.

Ca urmare a unor gânduri incorecte, rele poate apărea o situație extrem de periculoasă pentru viață. Din păcate, un bolnav într-o astfel de stare nu mai poate să înceapă să gândească corect, aici este nevoie de intervenția rapidă a medicului. Și medicul asta și face. El face ceea ce îi permite bolnavul. El și-a provocat singur boala și de aceea rezultatul depinde de modul lui de gândire.

Toate mamele afirmă că trăiesc de dragul copiilor, dar dacă pentru binele copilului, li se cere să-și dezvolte spiritul, ele încep să se eschiveze inventând tot felul de pretexte. *Nu cred că o să reușesc, nu e pentru toată lumea etc.* Mă uit la o astfel de mamă și mă jenez să-i spun că eu îi văd adevăratele gânduri.

Vă îngrijiți de corpul copilului, dragi părinți, dar i-ați abandonat sufletul.

Dacă știu că medicina mă ajută, *de ce să mă mai străduiesc?* Dar ca să recunoască că nu are credință, că frica îi blochează capacitatea de gândire – asta omul nu poate face. Și atunci vine chirurgul și îi îndepărtează din corp un organ cu care natura a socotit că este necesar să îl înzestreze. Omului nu îi este dat să întreacă natura ca inventivitate și oportunitate.

Cine consideră că prin aceste rânduri eu îl învinovățesc, acela trebuie să se elibereze cât mai urgent de sentimentul de vinovăție.

Ne plângem că tineretul obișnuiește să dea muzica prea tare. Unul din argumente este că își strică auzul. Dar tineretul chiar nu aude bine. Țipetele și bombăneala părinților, precum și reproșurile celor mai în vârstă le provoacă

o reacție de apărare – nu vor să asculte lucruri neplăcute. Rar se întâmplă ca tineretul să-și astupe selectiv urechile.

Același lucru se poate întâmpla și cu vederea. Ochii văd unele lucruri, altele – nu, pentru că acestea au în ele un stres care le provoacă durere. Privirea poate să baleieze multă vreme încoace și încolo înainte de a se strica. Când suntem liniștiți, vederea se normalizează, când avem în noi răutate, ea se înrăutățește și poate fi pierdută total. Sunt foarte multe cazuri de copii cu vedere slabă, pentru că ei nu vor să vadă răutatea părinților și a lumii în general.

Îmi aduc aminte de încercarea eșuată a unui psihiatru de a-l trata pe un tânăr care avea o puternică cădere fizică. Era vorba de un sportiv în activitate, care în minutele de răgaz nu mai putea ține în mână nici măcar un ziar. El se afirmase doar prin sport. În sport era apreciat. În rest era însă umilit. Forța lui fizică rezista selectiv.

Copilul vine pe lume și trăiește pentru părinți, de dragul binelui. Dacă părinții acceptă acest lucru, conștient sau inconștient, totul este în ordine. Dar dacă ei consideră, în chip de stăpâni, că supunerea și devotamentul copilului sunt de la sine înțelese, copilul ori va lupta, încercând să se smulgă din lanțurile părintești, ori va muri – este tot o eliberare. Ce grad de libertate îi trebuie fiecăruia, se va vedea la finalul luptei.

Copiii se sacrifică din ce în ce mai mult în numele familiei. Tot mai des mor de moarte subită – se culcă seara și dimineața nu se mai scoală. Sau lumânarea vieții lor este stinsă de o boală incurabilă cu un diagnostic neclar.

Această boală se numește *curmarea iubirii sufletești*.

În aceste cazuri medicina este neputincioasă. Poți să-i angajezi surori medicale, să-i pui monitoare, golul sufletească al copilului nu va fi umplut. Inima lui se oprește pen-

Alungă răul din tine

tru că atitudinea față de viață a părinților – doar în postura de consumator – a secat izvorul iubirii. Mamele nu înțeleg acest lucru – vezi Doamne, au fost atât de grijulii cu moștenitorul. Ele nu știu că copilul nu este o avere și nu este un mijloc pentru realizarea unei cariere politice. Copilul nu este un obiect cu care, lăudându-se, părinții vor să-și mărească propriul prestigiu. Copilul este iubire. Cei pentru care el a apărut ca să-i iubească nu au, spiritual, nevoie de el. Aceștia doresc în mod obligatoriu ceva material, palpabil. Asta este soarta copiilor în societatea, chipurile, de binefacere. Acestor copii nu le mai rămâne decât moartea pentru ca ei să demonstreze că duc dorul a ceva. Duc dorul ca părinții să tânjească după iubirea lor. Ei încă nu știu să-și îndrepte iubirea spre alte persoane, spre natură sau animale. Sau nu au un animal în casă pe care să-l poată iubi. Sau, poate, nu doresc să-și înlocuiască părinții cu altcineva, mai bine să moară.

Dacă însă la pătuțul unui copil bolnav se află o mamă care înțelege că principala cauză a bolii este nepriceperea ei de a iubi pe tatăl copilului, ca apoi să poată iubi și pe copil, acesta se va însănătoși categoric. Boala lui este numai lecția pe care copilul le-o dă și pe care ei trebuie să o învețe.

Toate bolile încep de la neștiința de a înțelege viața. Sentința poate fi foarte tristă, atât pentru ea cât și pentru copil.

Foarte des vin la cabinet părinți cu copii care s-au îmbolnăvit chiar în primele zile de viață, au o boală la cap. Părinții sunt nefericiți și îngrijorați. Eu nu vreau să le amplific îngrijorarea, dar altfel nu pot să-i ajut. Despre ce e vorba? Este vorba despre faptul că soțiile își consideră soții proști. Femeia care își râde de inteligența bărbatului ei,

îl disprețuiește și îl urăște, atrage asupra sa nefericirea. Femeile vor ca bărbatul să le ghicească fiecare gând și, în general ca ei să eclipseze pe ceilalți bărbați pentru ca ea să se simtă mai bună decât toate celelalte. Dacă el n-o face, ea începe să se înrăiască, dar ce e rău aici este faptul că, din politețe, ascunde răutatea în ea și n-o azvârle afară împreună cu țipătul. Să țipi în prezența altora se consideră o dovadă de prostie și de aceea omul strânge din buze și poartă cu sine răutatea crescândă provenită din dezamăgiri și din supărări. Dacă acest lucru se întâmplă imediat după nașterea copilului, când mama și micuțul sunt foarte receptivi, copilul care s-a născut sănătos, se poate îmbolnăvi, chiar într-o maternitate cu condiții ideale de îngrijire. Răutatea trebuie să se fixeze undeva. Și întrucât mama s-a înfuriat pe facultățile mentale ale tatălui, baza căroră este creierul, energia răutății se va îndrepta către creierul copilului și îi va distruge mintea. Dacă mama își va corecta repede greșeala, și o va face sincer, atunci și creierul copilului se poate reface în totalitate.

Femeia care, în sfânta ei simplitate sufletească, iubește mintea bărbatului ei contribuie la dezvoltarea acesteia. Și astfel dintr-un flăcău de la țară, simplu și nerafinat, poate crește un geniu. Lumea se va mira cum de un bărbat atât de deștept are o femeie atât de simplă și de modestă și de ce nu se însoară cu alta. El știe însă în care cuib crește un vultur. Și aripile îl vor susține până când va simți că îi este dragă iubirea numai a acestei femei.

Planeta durerii sufletești – Pământul

Sufletul este mama. Văd în fiecare zi mame care au făcut multe greșeli în viața lor. Este firesc, altfel nu am fi oameni. Din cauza greșelilor necorectate, mamele au un puternic sentiment de vinovăție, dar rar se întâmplă să și le recunoască. Toate doresc o viață mai bună pentru copiii lor. Deși este o dorință sinceră, ele nu știu însă ce este binele. Consideră că este bine ceea ce li se pare lor a fi bine.

Mamele sunt foarte sensibile când este vorba despre greșelile lor. Să nu dea Dumnezeu ca un copil să povestească cuiva cum a devenit el înțelept: „*pentru că părinții mei se certau întruna eu am învățat ceva din asta și acum pot să nu mai repet și eu acele certuri fără rost așa cum făceau ei*”. Certurile, chiar fără cuvinte, ale părinților rămân în sufletul copiilor. Să nu uitați acest lucru!

Auzind ce spune copilul, mama ar putea să gândească astfel: „*copilul a învățat din greșelile mele. Deci, asta este partea pozitivă a răului meu. Iartă-mă puiule, că a trebuit să înveți în felul acesta, prin suferință. Dar eu n-am știut altfel. Până acum n-am știut, acum, prin necazul tău, m-am deșteptat, iartă-mă*”.

În loc de asta, urechea fină a mamei prinde numai fraza incriminatoare „*părinții se certau întruna*” și ea se năpustește ca o apucată asupra copilului: „*Mă faci de răs în fața lumii. Nerecunoscătorule! Nu ți-e rușine?!*” Și lacrimile îi curg de-a valma laolaltă cu acuzațiile.

Dragi mame! Sunteți oameni, la fel ca soții și copiii dumneavoastră, greșiți la fel. Toată omenirea învață din greșeli.

Cine nu știe să păstreze în suflet bucuria, acela va avea un sentiment de vinovăție exact în acel loc – în suflet.

Cel care învinuiește pe alții (atât femeia cât și bărbatul) este foarte sensibil la fiecare cuvânt care i se spune și care se spune despre el. Chiar și în cel mai nevinovat cuvânt i se pare că se ascunde o aluzie la adresa sa și imediat se înfurie. Au! Mi se întâmplă ceva cu inima! Au, mor! *Și nu-mai tu ești de vină, tu m-ai scos din sărite!*

Cei care sunt departe de noi sau sunt deja pe lumea cealaltă sunt buni, sunt imaculați și nu se poate să nu-i plângi. Cei care însă sunt încă în viață, trebuie învinovați de ceva.

Este un paradox, nu-i așa? Și se poate și mai mult.

Dacă fiecare om s-ar elibera de sentimentul propriu de vinovăție, nu ar mai învinovați pe alții și nici n-ar mai atrage asupra sa învinuiri din partea altora. Nu ar mai avea motive să spună următoarele cuvinte: *„Nu vreau să mă duc acasă. Nu mă așteaptă decât reproșuri. Îmi este indiferent unde mă aflu și ce fac. Oricum acasă nimeni nu dă doi bani pe mine”*. Astfel își încununează opera spaima că *nimeni nu mă iubește*.

Iertați-vă sentimentul de vinovăție că a venit să vă învețe, dar n-a știut cum să o facă. Cereți iertare sentimentului de vinovăție că l-ați lăsat să crească atât de mult încât s-a transformat în dușmănie. Cereți iertare corpului că, învinuind pe alții, vă dăunați dumneavoastră înșivă și celorlalți. Când învinovați pe cineva, apare în piept o senzație de apăsare care se poate răspândi în tot corpul, dacă nu sunteți atenți la semnalul pe care vi-l dă inima.

Alungă răul din tine

Tata este spiritul copilului, mama – sufletul lui. Învinuindu-vă copilul, vă învinuiți pe dumneavoastră înșivă. Copilul înțelege totdeauna mai mult, pentru că el este mai pur și el v-a ales. Discursurile dumneavoastră acuzatoare arată elocvent că iubirea provoacă durere. Învinuirile sunt însoțite de amenințare – pe care o numiți prevenție, dorință de a preîntâmpina răul. Crezând cu îndârjire în imposibilitatea de a greși, comiteți o mare eroare.

Povețele, avertismentele, chiar înjurăturile și poruncile pe care copilul nu îndrăznește să le nesocotească, deși poate îl îndârjesc, nu îi rănesc sufletul. Cuvintele pot să rămână aceleași, dar tonul cu care au fost spuse poate să le schimbe radical sensul.

Deschideți bine ochii și înțelegeți că vă distrugeți copiii, soțul (soția), viața și pe dumneavoastră înșivă. Orice om subjugat de sentimentul de vinovăție se vede doar pe sine și acuză pe toți ceilalți.

Vine la cabinetul meu un alcoolic cu un puternic sentiment de vinovăție față de viață. Mama lui ar avea dreptate să-l beștelească întruna că o face de rușine, deși ea l-a educat. Pentru ea este importantă părerea lumii și nu durerea sufletească a fiului, pricinuită chiar de ea. Niciun copil nu se naște alcoolic. În alcool se înecă sentimentul de vinovăție. Acest copil este o lecție pentru mama sa, iar mama sa – o lecție pentru copil. Vor învăța această lecție iertându-se unul pe celălalt. Dar dacă iartă numai unul și celălalt nu, la cel care a iertat, durerea sufletească va dispărea, la celălalt va rămâne.

Apare la cabinet un adolescent bolnav de inimă care învață prost din cauza sănătății și este nefericit. Mama îl învinuiește că, fiind bolnav, îi dă bătăi de cap. De ce nu ești și tu ca ceilalți? Mama aceasta ar vrea să vadă succe-

sele copilului, acestea fiind succesele ei. Nu vede însă figura rugătoare a copilului – nu-mi fă rău!, ea se încrâncenează aducându-i această învinuire egoistă. În acest moment copilul simte că mama ar vrea să scape de el. El a simțit cuvintele care nu au fost rostite. Și din milă față de sine – *săracul de mine, cât sunt de nefericit* – el se va simți și mai rău.

O altă mamă îngrijorată oftează: „*De ce m-or fi adus părinții pe lumea asta? Am trecut prin război și acum e și mai rău. Măine n-o să mai fie nici pic de pâine. Până și proprii copii își lasă părinții pe drumuri (așa a citit ea în ziar)*”. În aceste tânguiri este atâta reproș, spaimă și răutate încât copilul se simte și mai vinovat. Un necaz după altul se abate asupra acestei femei și ea nu înțelege că ea însăși le atrage.

Viața acestei femei și a copilului ei nu va fi mai bună până când ea nu va înțelege că:

- chiar dacă părinții i-au conceput trupul, copilul a apărut pe lume pentru că a avut nevoie anume de ei. Și-ar fi putut alege părinți mai bogați. Copiii bogaților poartă în suflet durerea provocată de povara bogăției;

- mama s-ar fi putut naște în secolul trecut sau în secolul viitor. Dar dacă s-a născut în acest secol, nu a avut când să învețe lecția războiului. Omui trebuie să îndure totul în decursul tuturor vieților sale;

- discuția pornită de la copil se extrapolează asupra întregii lumi. Înseamnă că mamei îi trebuie o povară și mai grea dacă, neapucând să rezolve o problemă, își ia imediat pe suflet o altă problemă;

- frica - *n-o să mai fie nici pic de pâine* a fost exprimată cu atâta răutate că până și pâinea, care deocamdată este, are un gust amar. Ea devine amară din cauza răutății.

Alungă răul din tine

La această mamă probabil nici senzațiile gustative nu mai sunt cum trebuie. Și astfel, pas cu pas ea atrage răul și își distruge viața.

La fel este și sufletul copilului.

Se prezintă la cabinet și persoane intelectuale, stimabile care se plâng că mereu bolesc. Cauza suferinței o constituie reproșurile mamei. Și mamele lor sunt convinse că *nimeni nu are nevoie de ele, că nu sunt iubite, că vor să scape de ele, că sunt o povară pentru toată lumea etc.*, etc. Repertoriul este foarte asemănător. Poate că în spatele cuvintelor gândurile sunt diferite, dar, prin insinuările lor, toate vor să-și facă copilul să sufere, vor să se răzbune pentru o vină inexistentă.

Invidia față de cei care au reușit și au devenit personalități poate să crească pe neobservate și să devină invidie pe propriul copil. Părinții, care nu s-au realizat, vor ca copiii lor să fie fericiți. Ei nu știu cât de greu este jugul gloriei și, neștiind, încep să-și invidieze copilul. O mamă a recunoscut că invidia față de succesele propriului copil s-a transformat într-o răutate vădită pentru că la timpul respectiv ea nu a avut succese. *Și era chiar mai talentată!*

Viața este mișcare înainte. Cerința fiecărui spirit este de a se mișca. Cu cât vanitatea este mai mare, cu atât mai puternică este invidia pe cei care progresează. Un om invidios nu poate să înțeleagă că invidia este o ghiulea legată de picioare, oricât te-ai strădui, nu te poți mișca din loc. Ce-ți rămâne? Doar să-i pui celuiilalt piedică și pentru asta nimic nu este mai potrivit decât să-l învinovățești de ceva. Și în felul acesta cel care merge înainte nu va mai avea forțe.

Invidia este un stres perfid. Nu există oameni fără invidie. Ea se poate piti în om și poate să țâșnească pe neaș-

teptate din te miri ce motiv. Obiectul invidiei pot să fie cei apropiați, dar și străinii. Una din formele ei este gelozia. Invidia este o dușmănie care provoacă cancer.

Oameni dragi! Aflați că o urare de drum bun rostită cu un ton muștrător se așează ca o piatră pe inima călătorului. Drumul devine greu, fără bucurie, fără sens. Să ne eliberăm fiecare de stresurile noastre și vom obține ceea ce dorim. Binele va veni de la sine.

Vin la mine mame și îmi cer sfatul în cele mai diverse probleme. Una se teme pentru copil, deoarece tatăl său îl ține pe lângă el și îi arată cum se repară mașina, cum se fac lucrări de construcție sau altceva, periculos pentru micuț. Se teme să nu se rănească copilul. Frica nu o lasă să vadă că tatăl și copilul își împart treburile conform cu vârsta fiecăruia. Cea mai mică zgârietură este privită ca o tragedie în care vinovat este, evident, tatăl. Ea nu înțelege că îl face pe copil să se sperie din cauza tatei și tata din cauza copilului și cândva, în viitor, copilul va plăti pentru nepriceperea lui de a umbla cu sculele. E mai bine să vă eliberați de frică și dacă vedeți că tatăl se comportă nesăbuit, spuneți-i, și el va înțelege, dacă îi spuneți corect. Bărbații sunt sătui de văicărelile și spaimile femeilor. Revolta lor se extinde și asupra copiilor.

O mamă care își ține copilul departe de tot ce este *periculos* și *greu* nu înțelege de ce acesta s-a lipit de calculator. El nu înțelege povețele mamei. Că doar computerul nu mușcă, nu îi cade pe picioare, nu-l atrage într-o bandă criminală. Computerul nu te învinovățește, nu te sperie, nu se înfurie, cu el ți-e bine. Dar mama este nemulțumită. Ea spune că ți se strică vederea, deși ar trebui să știe că într-o mare măsură vederea se strică de la răutatea pe care familia nu știe să o evite.

Alungă răul din tine

O mamă care nu și-a învățat la timp copilul să fie manierat, ordonat și harnic și a făcut ea totul, va rămâne în continuare sclava lui. Din copil a crescut un leneș, un petrecăreț pasiv care îi demonstrează limpede mamei sale ce greșeli a făcut.

Mamele bolnave de nesomn și suprasolicitare se plâng că sunt nevoite să fie roabele soților și copiilor. Dimineața începe cu ceremonia sculatului. Le ascuți și ai impresia că nimeni nu se mai uită la ceas și că nimeni, în afară de chinuita mamă, nu știe să facă patul. Micul dejun li se pune direct sub nas acestor sărmani somnoroși care trebuie să meargă la școală sau la serviciu. După program, care este mai lung decât al copiilor la școală și al soțului la serviciu, trebuie să dea fuga la magazin și apoi la bucătărie. Vasele murdare care s-au adunat s-a gândit să le spele în timp ce face mâncarea. Apoi familia obosită trupește și sufletește trebuie hrănită. Și ea se miră de ce toți sunt nemulțumiți.

Dragi femei! Opriti-vă o secundă și gândiți-vă de ce s-or bucura locatarii casei dumneavoastră când ies afară. Obligația de a sta acasă și de a te simți inutil împinge relațiile, și așa încordate, până la scandal, scandal care, ca o explozie, îi aruncă pe membrii familiei care încotro, unde ei ar putea ori să-și găsească rostul, ori să devină niște ratați.

La început nimeni nu știe să îndrepte situația, iar mai târziu, nimeni nu mai vrea. Soțul și copiii nu-și mai găsesc locul în casă. Devin inutili. Tot ce fac ei nu e bine și sfaturile lor sunt respinse. *Mama știe cel mai bine, deci să facă ea!* Ea nu a dat niciodată soțului și copiilor posibilitatea să încerce bucuria de a pregăti ceva de mâncare, de a face curat, de a călca rufe etc. Bucuria de a face îi rămâne

omului pentru toată viața și îl inspiră pentru treburile ulterioare. Copiii și soțul ar dori și ei să facă și asta le-ar da sentimentul propriei demnități.

Mama trebuie să fie pentru familie izvorul de iubire și mentorul care supraveghează cu bucurie activitatea din casă, dirijează, la nevoie dă sfaturi, se extaziază de inițiativele soțului și copiilor, de priceperea, de abilitatea, de logica, de rațiunea și de mintea lor și în cazul unor abateri premeditate îi pedepsește, dar moderat. Ea trebuie să știe să întrebe în cazul unor boroboafe: „*Ce ai învățat din greșeala asta? Acum o să ții minte pentru toată viața?*”

Mama nu trebuie să fie o roabă sufocată de treburi care nu mai vede nimic în jurul ei, mai ales familia. Femeia care se eliberează de stresuri dă fiecărui membru al familiei posibilitatea de a-și găsi locul în familie și în viață. Ea va fi femeia fericită care nu va trebui să se sacrifice, să se zdrobească, să regrete, să se îngrijoreze, să ceară, să impună, să domine, să amenințe, să pedepsească etc. Tot ce face va fi însoțit de bucurie. O astfel de mamă nu va fi niciodată singură și minunații ei copii își vor găsi rapid rostul în viață.

Astfel de mame nu se vor plânge că copiii lor, acum oameni maturi, vin rar pe la ele. Ele știu că pe oameni îi atrage unul spre celălalt sentimentul reciproc de vinovăție. Părinții care și-au crescut corect copiii, nici nu vor băga de seamă că aceștia vin rar pe la ei. Au și copiii viața lor, de ce să-i deranjezi. Când o să-i fie rău părintelui, vor veni. Inima le va spune când să vină.

Dar mamele, care sunt vinovate față de copii și care nu se eliberează de sentimentul de vinovăție, dau fuga la ei ca niște apucate, nedându-și pace nici lor, nici celorlalți.

Alungă răul din tine

O femeie care nu are spaima că *pe mine nimeni nu mă iubește*, va avea cu prisosință sentimentul de demnitate proprie: ea va trăi corect. Dacă are un hobby, va găsi și la adânci bătrâneți cu ce să se ocupe și nu se va plictisi.

Femeile moderne suferă că nu pot să se afirme și atunci se amestecă în viața altora. *Mor de plictiseală, nu are rost să mă apuc de ceva, n-am ce face*. Justificări găsesc destule. Apropo, șomajul nu a apărut din cauza crizei economice.

Dragă copile, chiar dacă nu mai ești așa de tânăr! Tu însuși ți-ai ales această mamă ale cărei părți rele ai venit să le îndrepti. Iartă-ți sentimentul de vinovăție, spaimile, răutățile și atunci vei putea să o ierți și pe mama ta. Atunci nu vei mai atrage asupra ta învinuirile materne. Ea nu te va mai face să suferi și nu va mai suferi nici ea. Inima ei se va liniști. Și într-o bună zi vei descoperi în inima ta *pe buna ta mamă, mama visurilor tale*, în care o vei recunoaște pe cea cu care te luptai până mai ieri. Atunci vei putea spune că ai cunoscut cea mai mare fericire din lume. Crede-mă!

Vreau să vă previn – munca este grea și de lungă durată, dar binefăcătoare. Să nu fiți naivi, veți primi, ca răspuns, și lovituri, deoarece pentru un om în vârstă este greu să adopte un stil nou de comportament. Nu dați fuga să-i spuneți mamei tot ce ați auzit sau ce v-a trecut prin cap. Prin asta îi veți retrezi sentimentul de vinovăție și veți provoca erupția unui vulcan. Vă veți simți amărât și decepționat. Vechile certuri vor reizbucni cu o nouă forță. Puneți-vă în situația asta și trageți singuri concluziile. Pentru ca să înțelegeți aceste lucruri, învățați conținutul acestei cărți. În caz contrar, discuția se va transforma într-o avalanșă de învinuiri care de care mai dureroase.

Decepția ar putea fi atât de mare încât să vă apară tulburări de circulație sangvină în tot corpul. Puteți avea frisoane, vărsături, diaree, urinare frecventă, transpirații. Prin aceasta corpul vă ajută să vă eliberați de răutate, de decepții. El a văzut ce ați realizat prin nesăbuita dumneavoastră facere de bine.

Voi da un exemplu care să ilustreze eficacitatea gândurilor.

Exemplu din viața mea

M-am trezit mai devreme decât de obicei din cauza unei arsuri la vezica urinară. După cum se știe, inflamarea vezicii urinare are loc din cauza acumulării de decepții în viață. Scăparea urinei ne vorbește dimpotrivă de dorința de a te elibera de decepții sau *de ce sunt obligat să suport!* Celui care nu-și înțelege problemele și nu știe să le dezlege corect, le vine în ajutor, pe măsura posibilităților, vezica urinară. Ca o țevă de evacuare, ea elimină în permanență decepțiile în exces, altfel ar apărea cancerul vezicii urinare.

Am tras concluzia că vezica urinară îmi dă semnalul că trebuie să mă eliberez de decepțiile, de insuccesele mele.

După ce am inspirat și am expirat de câteva ori, am descoperit cu uimire că am un stres – nu doream să-mi recunosc decepțiile (înfrângerile). Am înțeles că spiritul meu mi-a trimis această importantă înștiințare prin respirație. Trebuia să mă eliberez imediat de stres, altfel chiar în aceeași zi aș fi avut alte decepții.

Nu fac parte dintre acele persoane care își varsă focul pe alții, de aceea am destul de suferit. Cum se obișnuiește

Alungă răul din tine

la oamenii inteligenți și buni, știu să-mi țin gura. Faptul că sunt așa nu-mi provoacă o decepție. Dimpotrivă, mă simt bucuroasă și mândră că știu să fiu echilibrată, măcar exterior. Aceasta este partea mea tare. Dar cum poate fi menținut echilibrul fără a absorbi răul – asta mai învăț deocamdată.

Dacă mi-a apărut un astfel de stres, trebuie să-l eliberez. Încep prin a-mi ierta lipsa de dorință de a-mi recunoaște decepțiile. Îmi reprezintă mental această nedorință ca pe un om cu care stau de vorbă și descopăr că ea sunt chiar eu. Atunci mă privesc din afară și văd că lipsa mea de dorință este o răutate evidentă împotriva faptului că eu aș putea fi vinovată. Chiar și în realitate eu nu aduc acuzații nimănui și, dacă stau să mă gândesc, se întâmplă într-adevăr, să mă îndârjesc când cineva învinovățește pe altul, pentru că văd cât este de rău. Ba chiar intervin în favoarea persoanei atacate și atrag asupra mea mânia atacatorului. Nu obișnuiesc să mă apăr singură. Pot s-o fac numai într-o situație periculoasă pentru viața mea. Aștept să mă apere altul, *că doar și eu l-am apărut pe el*. Dar știu că n-o va face și nu mă înșel. Asta duce la decepție și la îndârjire. Acum știu că propriul meu stres – *oricum alții n-or să mă apere* – îi va face pe ceilalți să nu-mi sară în ajutor. Dacă ar sări, eu n-aș mai putea să învăț prin suferințele pricinuite de acest stres.

Pe oricare altul poți să-l vezi bine din afară, pe tine trebuie să te analizezi cu mare atenție.

Acest adevăr mi se potrivește cel mai bine. Eu știu să citesc gândurile oamenilor, dar ca să mă descurc cu suflul lor trebuie să am timp. Din fericire, am învățat deja să

gândesc mai bine, dar nu-mi neg negativitatea. Prind cu plăcere racii de sub pietrele râului din sufletul meu, pentru că știu că astfel devin din ce în ce mai mult eu însămi – curajoasă, puternică, deșteaptă. Cine știe, poate și frumoasă.

O văd deodată în locul meu pe mama. Da, exact așa! Pentru că eu sunt copia mamei mele în acest plan. Și cum să condamn eu această trăsătură de caracter a ei! Încep să mă eliberez, prin iertare de lipsa mea de dorință *de a-mi recunoaște decepțiile*. Fiind imaginea mamei mele, simt cum o eliberez și pe ea de acest stres. Cer stresului iertare pentru că l-am ținut atâta timp în mine și l-am lăsat să crească.

Între timp repet pur și simplu: „*E lipsa dorinței de a recunoaște decepțiile mamei mele. E lipsa dorinței de a-mi recunoaște propriile decepții*”. Repet iarăși și iarăși, indiferent de ordinea cuvintelor.

Nu există rău fără bine și bine fără rău.

Încăpățânarea mea m-a ajutat, prin partea ei bună, să ies din unele situații delicate, iar prin partea rea – peste măsură de mare – a produs în mine lipsa de dorință de a-mi recunoaște decepțiile. Iartă-mă, Doamne! Dar aceasta este adevărul. Cât aș fi vrut să arăt că sunt slabă, că mă predau. Frica de a fi vinovată pentru că *lumea n-o să mă mai respecte* a crescut în sufletul meu și a devenit o rezistență îndârjită. Asta se putea citi probabil și fără cuvinte pe chipul meu. Soțul și copiii au văzut, desigur, dar în prezența altora îți domini emoțiile. Frica - *nimeni nu mă iubește* îl face pe om să se încadreze forțat în niște canoane.

Alungă răul din tine

Să continui discuția cu lipsa mea de dorință. Orice învinuire ce mi se aduce mi se întipărește în suflet. N-am vânat greșelile altora, dar le-am găsit totdeauna o explicație și o justificare. Pe mine însămi mă învinovățesc însă rapid. Și pe cei care îmi sunt apropiați. În copilărie îmi spuneam: „*Străinii nu știu ce-mi place mie. Dar de ce ai mei mă fac să sufăr?*”

Și abia acum pot să spun că **prin cei apropiați ți se dau cele mai mari și mai amare lecții de viață. Cine te iubește mai mult, acela te învață mai mult...**

Noi înșine ne-am ales rudele pentru ca să învățăm fără încetare să îndreptăm răul. Dar că lecțiile se dau prin intermediul răului – asta n-am știut în copilărie.

Acum îmi vine să râd. Omul este totuși un prost. Viața trebuie să-i mai dea câte un pumn. Altfel, cum să se deștepte? Eu cer iertare nedorinței mele răutăcioase de a-mi recunoaște decepțiile și pentru că am lăsat-o să crească atât de mult. Dacă există durere, există și răutate – trebuie să fim cinstiți. Cer iertare corpului meu.

Durerea din vezica urinară a trecut demult, dar eu continui discuția despre nedorința mea de a-mi recunoaște înfrângerile care mi-au încrâncenat sufletul.

În aceeași zi s-au prezentat la cabinet bolnavi care prin modul cum arătau fizic mă învinovăteau: „*M-ai tratat tu pe mine, dar nu m-ai vindecat!*” Dacă aseară eram dezamăgită și amărâtă că aceștia nu vor să primească înțelepciunea Dumnezeiască prin intermediul meu și că nu au lucrat cu ei înșiși atât cât ar fi trebuit, acum le-am spus direct: „*Cum așa? Dumneavoastră ați vrea ca în casă să fie cald, dar încă n-ați tăiat copacul. Doar l-ați crestat nițeluș și pe deasupra și fierăstrăul era neascuțit și copacul a crescut și mai repede, tocmai bine ca urmele să rămână*”.

Reacția acestor oameni a fost una liniștită: „*M-am gândit eu că nimic nu se face de la sine*”.

Decepțiile mele n-au avut bază să se poată dezvolta.

Despre minciună

Toți dorim să vedem și să auzim numai lucruri bune, dar prin spaimile noastre atragem contrariul. Pentru a evita acuzațiile și pedepsele, înfrumusețăm prin cuvinte esența lucrurilor. Asta înseamnă minciună. Există minciuni mici, mari și foarte mari.

În lumea de azi minciuna se întâlnește la tot pasul, a devenit un stil de viață.

Cu cât omul știe să mintă mai bine, cu atât mai puțin își recunoaște greșelile. Dacă la început își spune că a fost nevoit să spună un neadevăr pentru că așa este mai bine pentru toți, mai târziu devine un stil de viață și chiar mincinosul începe să arate cu degetul pe alții.

De exemplu, cineva vede gafa făcută de altul, dar dacă îi ceri părerea, nu ți-o spune verde în față. De bine – poate să spună, dar de rău nu vrea sau, mai degrabă, nu are curajul. Și atunci el, omul bun, îl va sfătui pe cel care a greșit să se adreseze altcuiva, că acela este mai deștept și îi va da o soluție. Iar acela își va spune părerea fără ocolișuri. Sinceritatea lui înconștientă a fost provocată de dorința necinstită a primului „sfătuitor” de a arunca responsabilitatea unui lucru neplăcut în spinarea altuia. În final, toată lumea se năpustește asupra celui sincer: „*Ce om rău!*”

Primul sfătuitor caută să se întâlnească cu al doilea ca să se justifice: „*Vezi ce prost e! Ar fi trebuit să-i spun demult adevărul în față!*” Primul nu înțelege că, dorind să fie

Alungă răul din tine

un om bun, care nu face niciodată rău altuia, el de fapt a făcut cel mai mare rău. Cel de-al doilea nu este decât un școlar care suferă din cauza inabilității sale.

Este greu să auzi adevărul. Frica de a vedea și a auzi adevărul îi obligă pe oameni să mintă. Această frică te face chiar și pe tine să faci la fel, pentru că omul nu-și dă seama cât este de nesincer, teatral și fals. Animalele și oamenii „naturali” văd bine adevărul, așa-numiții oameni hipercivilizați, văd însă foarte rău.

De exemplu, vine la mine o doamnă cu articulațiile bolnave, dureri la coloana vertebrală și alte zeci de necazuri și primul lucru pe care îl face este să-mi comunice ce părinți buni a avut ea, ce soț bun are, ce copii minunați și ce nepoți nemaipomenit de talentați. Sunt nevoită să mă abțin ca să nu-i spun: „*Draga mea! Deschide ochii! Viața cu binele și cu răul ei cere ca omul să trăiască, și să trăiască corect, nu să se autoamăgească*”. Spaiemele doamnei respective o obligă să pună o pojghiță de aur pe tot ce e rău, important e ca nimeni să nu poată spună ceva de rău.

Doamne, tu care ești drept, învață-mă cum să-i explic eu acestui om, mult prea bun, că bate câmpii! Dar bunul Dumnezeu nu-mi dă altă posibilitate – lui îi place adevărul. El știe că, dacă eu îi spun adevărul, sănătatea femeii se va înrăutăți vizibil ca apoi să se amelioreze semnificativ și nu mă lasă să spun o minciună.

Pacienta este însă vădit decepționată și acasă va fi și mai decepționată. Sentimentul de vinovăție, spaiemele și răutatea ei se vor trezi și îi vor cere să le elibereze. Ea va vedea că acasă trebuie să se schimbe în multe privințe, că și la serviciu îi merge rău, chiar din cauza ei, dar nu vrea să recunoască. Pentru că se consideră bună. Este ușor să spui adevărul unui om rău, dar ca să-i spui unuia bun, în

față, care îi sunt greșelile și nici să nu surzească de ce aude, este o mare artă.

Așa gândeam eu și între timp ea vorbea și tot vorbea, dar nu știa să gândească. Se plângea că nu-i ajung banii, dar plângându-te abia că-ți înrăutățești sănătatea și cheltuiind banii pe medicamente scumpe vei fi într-o situație materială și mai precară. Și acum eu trebuie să-i spun ei toate acestea. Doamne milostiv, ajută-mă!

Să ascunzi adevărul înseamnă să minți, indiferent dacă o faci pentru a proteja pe cineva sau pentru a evita suferințele. Justificări sunt atât de multe pe cât de mulți sunt oamenii care ascund adevărul. Odată, tratând pe un străin, am descoperit cauza inițială a bolii lui într-un conflict întâmplat acum vreo 50 de ani. În sfânta mea naivitate, fără să țin cont că noțiunile nu seamănă la ei și la noi, i-am spus cauza, ceea ce a provocat o explozie de indignare: „Cum vă permiteți! Eu nici măcar alor mei nu le-am povestit lucrul acesta și dumneavoastră nu vă e rușine să mi-o spuneți în față!” Am fost uluită de noțiunea de cinste adoptată în lumea celor care plătesc cu bani peșin.

Rușine mi-a fost, dar doar pentru că, din delicatețe, a trebuit să-mi mușc limba și să-mi consolez pacientul cu o minciună că, chipurile, sănătatea lui se va îndrepta. Mi-a fost rușine față de Dumnezeu.

Minciuna maturilor pare să se deosebească de cea a copiilor. Maturul nu vede că copilul se uită fix în ochii lui, cu o privire de clarvăzător și învătă în acel moment minciuna, pentru că așa fac mama și tata și copilul vrea să fie ca părinții lui fiindcă, poate, *atunci or să mă iubească mai mult*. Așchia nu sare departe de pom. Dacă vreți să mă contraziceți, să știți că și gândul dumneavoastră este tot o faptă. Un om în aparență cinstit care, cândva, n-a putut să

Alungă răul din tine

fure, de frică, a regretat de multe ori în gând că nu a fost descurcăreț și asta i-a format copilului deprinderi de comportament. El a venit pe lume să învețe cum cuvintele se transformă în fapte.

Cu cât sunt mai mulți mincinoși cu atât trebuie să fie mai mulți cinstiți. Extrema este totdeauna periculoasă.

Vorbind despre cinste, dacă părinții își educă copilul astfel încât el să nu știe nimic despre cinste și hoție, când va crește mare, ne având experiență, s-ar putea să primească o asemenea lovitură sufletească încât să nu-și mai revină niciodată. El nu va mai crede în nimeni, nici în părinți, pentru că ei l-au făcut un inadaptat. Ei au urât minciuna și chiar vor suferi din cauza ei. Aruncând mânușa lumii păcătoase, au respectat cinstea atât de mult, încât copilul n-a auzit niciodată de minciună și a crescut un naiv. În sufletul și spiritul său el poartă spaima și răutatea contra minciunii și cu prima ocazie chiar pe ea o va atrage.

În felul acesta a funcționat mecanismul minciunii creat de părinții săi.

Minciuna unor oameni cinstiți a constat în faptul că ei nu au învățat pe copil că viața are și o parte ascunsă. Ei nu au știut că adevărul și minciuna sunt cei doi poli ai adevărului vieții.

De aceea, copilul unui părinte din cale afară de mincinos nu poate depăși această extremă și el vine pe lume pentru a trăi cinstit. Lângă acest părinte el va trebui să învețe alte lecții.

Poate fi deștept, puternic, sănătos și ultra realizat numai cel care știe totul și aplică corect legile vieții.

Vă plac mincinoșii? Nu vă plac? Prin urmare, vă temeți de ei sau îi urâți. Ura față de minciună este ura față de mincinoși, față de prefăcătorie, necinste, hoție, combinați-

uni, mașinațiuni și mită, față de toate lucrurile tulburi. Dar și față de tăcere, tăinuire, și față de minciuna salvatoare. Ura față de umilință poate să atragă hoțul, dacă dumneavoastră, om inteligent, vă simțiți umilit de fapta mizerabilă a unui infractor stupid.

Cu cât vă dezvoltăți ideea, cu atât mai mult veți înțelege că de la o idee se ramifică alte 10-100-1000 de idei noi. Spre uimirea dumneavoastră veți descoperi că răutatea față de minciună este de fapt o răutate față de dumneavoastră înșivă pentru că, din dorința de a fi bun (adică, din spaima că *dacă spun lucrurilor pe nume, n-o să mai fiu iubit*), ați tăcut atunci când ar fi trebuit să vorbiți, din politete ați ținut isonul într-un joc necinstit și nu v-ați dat seama că un astfel de comportament a devenit natural și obișnuit pentru dumneavoastră. „*Toată lumea face la fel*” – veți spune ca să vă justificați.

Necinstea ați botezat-o adevăr și credeți în acest lucru, dar simțiți când sunteți mințit și vă supărați când sunteți luat drept prost. Nu puteți nicicum să demonstrați că altul nu spune adevărul. Din cauza sentimentului de umilință începe să vă doară capul sau să apară o altă durere, mai mare, în funcție de cât de multă răutate ați reținut și ați acumulat și de cât de tare v-ați înrăit în ultima perioadă.

Astfel de năpaste se întâmplă cu cei care se consideră mai buni decât sunt în realitate. Pe un hoț și un infractor adevărat nu-l doare capul pentru că, în păcătoșenia lui, e cinstit față de el însuși. Un infractor nu-l va putea urî niciodată pe un om cinstit și pe un om cu adevărat cinstit nu-l vă păgubi niciodată un hoț.

Iertați-vă frica și răutatea față de minciună care s-au instalat în dumneavoastră. Iertați-vă pentru că le-ați aspirat. Cereți iertare corpului că, prin aceasta, l-ați condamnat la

Alungă răul din tine

chinuri. Cereți iertare minciunii că vă temeți de ea, că o urâți, că o creșteți, neștiind să o eliberați.

Spre uimirea dumneavoastră, veți constata că sunteți în stare să vă gândiți fără iritare la cei care nu spun adevărul și la infractori, că sunteți în stare chiar să-i înțelegeți. Prin aceasta, ați învățat să vă apărați de ei. Evident, minciuna universală și nedreptatea nu vor dispărea grație dumneavoastră. Cum să dispară dacă oamenii, prin ele, trebuie încă să mai învețe.

Despre ajutorul acordat celor care țină după el

Există oameni cărora le este greu să-și rețină emoțiile. Dacă sunt nevoiți să facă acest lucru, după ce i-ați cunoscut mai bine, veți putea anticipa ce explozie urmează. Odată trecut momentul, omul redevine deschis și plăcut.

Iertați-i răutatea, înainte ca ea să se declanșeze, iertați-l că o să înceapă să vă acuze și faceți un lucru bun pentru el – roștiți dumneavoastră cu voce tare, în locul lui, acele cuvinte provocatoare ca el să poată să urle. În felul acesta, el se va elibera de răutatea acumulată și dumneavoastră veți face un bine. Sentimentul alarmant de tensiune va dispărea și amândoi veți continua bucuroși să trăiți.

Problema aceasta este cunoscută celor care trăiesc alături de oameni bătrâni. Unui bătrân nu-i mai poți întoarce tinerețea, dar pentru un om cu un mod nou de gândire bătrânețea este o probă de rezistență. Dacă veți rezolva corect situația, toți vor fi mulțumiți și dumneavoastră vă veți înălța spiritual.

Dacă un bătrân spune că degradarea fizică și răutatea lui sunt provocate de boală, așa pare să fie pentru el și așa și este. Iertați-l că vă irită cu neînțelegerea, negliobia, neputința sau lipsa lui de dorință și lăsați-l să trăiască cum vrea. Eliberați-vă de stresurile legate de el și veți simți bucuria că ați evitat cearta. Poate să vă spună orice și oricând, veți fi surd. Diferența dintre dumneavoastră și un surd este că ceea ce ați auzit trece pe lângă dumneavoastră, pentru că ați învățat această lecție. Dar, dacă veți simți o dorință răutăcioasă de a nu auzi țipătul, cândva va veni surzenia și vă va arăta că nu ați gândit bine. Surzenia apare și la copii din frica și din refuzul de a auzi țipetele umilitoare și păgubitoare ale celor din jur.

La bătrâni, contrastul dintre vorbe și fapte poate fi izbitoare, dar ei nu-și văd greșelile, ca și dumneavoastră de altfel. Iertarea și scuza pot să vi se pară umilitoare, dar în realitate ele vă înalță. Veți simți imediat că ați redevenit liniștit sufletește, după ce ați cerut sincer iertare. Dar, dacă ați cerut iertare, fiind silit de o situație, sau v-ați impus acest lucru pentru a fi liniște în casă, vă umiliți singur și provocați în bătrân bucuria răutăcioasă de a vă face să vă umiliți și în continuare. În realitate, triumful învingătorului nu este altceva decât răutatea de a căuta vinovatul. Umilindu-vă, atrageți umilință din partea celui alt.

Dacă vă e foarte milă de un bătrân, pentru că acela vă este mamă, tată, soră sau frate, cereți iertare sentimentului de milă până când acesta va dispărea și vă veți liniști. Veți înțelege împăcat că el nu are nevoie de binele dumneavoastră, ci de răul propriu. Aceasta este metoda lui de a învăța lecția de viață – prin suferință.

Spaima omului în vârstă că *nimeni nu mă iubește* crește odată cu numărul anilor și se transformă în reproșuri

dușmănoase – *nu-i mai pasă nimănui de mine, toți așteaptă să mor, îmi doresc răul, nimeni nu face ceva de dragul meu etc.*

La bătrâni, autocompătimirea și dorința de a atrage atenția asupra lor depășesc limitele egoismului – nu-și văd decât bolișoarele lor și nu au milă față de bolile celorlalți.

Dorința nemiloasă de a-i găsi pe alții vinovați provoacă durere în tot corpul.

Așa își ispășesc greșelile acești oameni. De obicei, nu ascultă sfaturile, preferă medicamentele. Vă sfătuiesc să învățați din greșelile lor, pentru ca la bătrânețe să nu aveți și dumneavoastră parte de aceste suferințe. Țineți minte că acest bătrân a apărut în viața dumneavoastră ca o luminiță de avertizare care încearcă să vă învețe să nu faceți aceleași greșeli. Nu-l considerați rău pe el, ci faptele lui. Face fapte rele un prost care a apărut pe lume să învețe, dar n-a învățat nimic și acum se chinuie. Bătrânețea este o noțiune relativă. Neștiința de a înțelege viața ne este caracteristică tuturor, dar la bătrâni ponderea greșelilor este mult mai mare.

Oamenii cu un mod nou de gândire sunt acaparați de cunoașterea de sine și suferă deseori, când văd chinurile sufletești și fizice ale celor apropiați, celor dragi, care însă nu acceptă învățămintele bune, ba dimpotrivă se înrăiesc. La rândul său, acest lucru provoacă răutate celui care intenționează să ajute. *Mi-e greu să văd că mi se refuză ajutorul.* Există diverse mijloace de rezolvare a situației.

Omul modern merge pe calea minimei rezistențe – se dă la o parte. Copiii pleacă din casa părintească pentru a fi independenți. Își spun: „*Mă voi descurca singur*”. Liniștea înșelătoare poate să dureze ani. Cu timpul vor apărea probleme.

Părinții ar urma să-și cocolească și să-și povățuiască nepoții, iar copiii ar urma să-și ajute părinții, dar distanța nu permite. Justificarea este convingătoare. Odată cu creșterea greutăților încep să apară acuze reciproce și, în aparență, cel care vorbește are dreptate. Nici una dintre părți nu înțelege că ambele au de pierdut.

Adevărul e că nici părinții, nici copiii nu au învățat să se înțeleagă unul pe celălalt. Lecțiile lor de viață au rămas neînvățate. Și consecința va influența educația propriilor copii.

Unii părinți spun: „*Mi-am educat copilul să fie independent.*” – Este un indicator excepțional cu care ar trebui să ne mândrim. Dar, orice bine în exces se întoarce în rău. Dacă gradul de independență crește până la a te rupe de rădăcini, copacul se poate înălța până la cer, dar nu mai e copac. Copacului căruia i-au devenit indifferente rădăcinile, nu mai are viață. El zice: „*La ce-mi trebuie rădăcini, mă descurc și fără ele.*” El nu observă însă cum îi dispar forțele pe care și le extrăgea din solul care îl hrănea și cum boala fatală a noii epoci îi distruge corpul pământean care trăia numai din hrana venită prin rădăcini.

Părinții de azi ar fi putut să se elibereze de isteria sexual-maniacală a omenirii care îi distruge pe ei și generația viitoare.

Mulțumiți lui Dumnezeu că acasă sau prin apropiere aveți mamă și tată, bunică sau bunic, chiar dacă mai țipă la voi.

Dumnezeu a lăsat ca oamenii să se nască și să moară în flux continuu pentru ca de-a lungul vieții fiecare să învețe, nu numai din experiența proprie, ci și dintr-a altora, chiar și mai mult, dacă este posibil. Dar, fugim de lecțiile de viață ca, apoi, cândva, să simțim că răul ne-a ajuns din

Alungă răul din tine

urmă, dar nu recunoaştem şi considerăm că alţii au fost de vină.

Naşterea şi moartea sunt cei doi poli ai vieţii. Omul modern, inteligent, a ajuns până acolo încât, cu cât se consideră mai deştept, cu atât mai puţin vrea să moară. Spaima de a te naşte şi spaima de a muri se identifică.

Orice durată are cândva un sfârşit al ei. Cine a ajutat pe cineva să moară, acela ştie şi el să moară. Dar cel care este pe jumătate mort de frică şi de groază îngreunează plecarea din viaţă a unui muribund, acela nu şi-a însuşit arta de a muri. De câte ori nu ar fi trebuit, ca în loc să menţinem viaţa în om, să-l ajutăm să plece din lumea aceasta, pe cât posibil cu cât mai puţine chinuri: oamenii aşa-zis civilizaţi nu au, practic, priceperea ca prin cuvinte să-i deschidă uşa celui ce se pregăteşte să plece. Fiecare dintre noi ar trebui să înveţe.

Eliberaţi-vă de spaime şi găsiţi în dumneavoastră atâta putere ca să-i puteţi conduce liniştit pe ultimul drum pe tata şi pe mama. Dacă vă aflaţi lângă un muribund, puteţi să-i cereţi iertare din tot sufletul pentru greşelile dumneavoastră faţă de el şi ale lui faţă de dumneavoastră. Înţelegerea lecţiilor de viaţă va împrăştia panica. Veţi simţi o linişte ciudată şi se va linişti şi el. Veţi simţi că răul matern s-a transformat în bine şi chiar ea, mama, va deveni neobişnuit de însufleţită. Aflaţi că sunteţi liniştit în sufletul dumneavoastră când mamei îi este bine şi mama este liniştită când copilului îi este bine. Un suflet liniştit se poate despărţi de corp pentru că şi-a terminat menirea în această viaţă.

Aflându-vă la capătul tatălui dumneavoastră, iertându-l şi cerându-i iertare, veţi înţelege ce v-a învăţat el şi ce aţi învăţat dumneavoastră. Luminarea spiritului

dumneavoastră se va exprima în creșterea înțelepciunii. Va dispărea sentimentul de regret, vă va rămâne înțelepciunea vieții. Moartea nu vă va mai îngrozi. Ea a devenit un mentor.

Viața ne oferă nenumărate căi pentru a învăța, în timp ce grădinițele, casele de copii, azilele de bătrâni și închisorile sunt, cu diferențe nesemnificative, martorii măreți ai prostiei omenești și ai dorinței de a rămâne proști. Ele sunt martorii prizonieratului spiritual al omenirii.

Orice om este captivul gândurilor sale.

Numai libertatea spirituală asigură libertatea fizică.

Pentru un om cu judecată, bătrânețea nu este o boală, iar tinerețea nu înseamnă absența bolii. Boala apare ca urmare a acumulării de gânduri rele.

Nivelul intelectului uman este foarte diferit. Același lucru este valabil și pentru nivelul spiritual. Zicala „deșteptul cedează” înseamnă că un om mai deștept spiritual și mai deschis trebuie să coboare la un nivel mai jos pentru a comunica cu ceilalți. De regulă, fiecare generație este mai inteligentă decât precedenta, chiar dacă manifestările exterioare spun contrariul. De aceea copiii trebuie să știe să fie mai flexibili. Cine nu știe acest lucru sau nu vrea, acela va fi umilit.

O astfel de luptă între generații se dă în casele unde locuiesc împreună copiii, părinții și bunicii. Cel mai mult suferă generația de mijloc, pentru că ea este obiectul atacurilor din ambele părți. Acuzele reciproce duc la situația când bunica prosperă în cruzimea ei, fiica începe să tușească a ofiică, iar nepoțica fuge de acasă, minoră fiind. Fiecare simte că ceilalți îl umilesc și fiecare ar vrea ca cei-

lalți să se schimbe. Ascunderea adevărului în interesul păcii în familie – adică minciuna – devine un stil de viață și devine solul prielnic în care rodește ura mocnită. Dintr-o astfel de casă bărbații fug sau mor.

Mi-am făcut un obicei din a cere omului să-și pună ordine în viață. Deseori această cerință se dovedește a fi un obstacol de ne depășit. Chiar și cei care se ocupă deja de iertare descoperă frecvent, spre marea lor nemulțumire, că iarăși au căzut în capcana vechilor obiceiuri. Oamenii nu-și văd superficialitatea, nu văd că n-au depus suficiente eforturi și, dezamăgiți, trag concluzia pripită că iertarea nu le-a ajutat. Își recunosc greșeala numai atunci când în viața lor apare o nouă încercare.

Nu ajunge însă numai iertarea. Dacă veți învăța să gândiți astfel încât să nu mai atrageți răul, totul va fi în ordine. A venit vremea să deschideți totuși gura și să lămuiri lucrurile pentru a vă apăra, pe dumneavoastră și pe ceilalți. Trebuie să ripostați la aroganță. Celui care face rău, spuneți-i în față ce a făcut, ca să nu se mai considere atotputernic. Prin tăcere, cel care suferă, mărește răul pentru că suferind, se acumulează în el pe neobservate o răutate surdă.

De când e lumea, cine nu înțelege de vorbă bună este bătut cu nuiua la picioare ca să-i vină mintea la cap. Omul are nevoie de această învățătură, dar dacă ea îi este oferită la un nivel prea înalt și el nu poate să o asimileze, va rămâne cu o etapă de studiu ne parcursă și oricât s-ar strădui, nu poate deveni mai deștept. Încercați să înțelegeți acest lucru și să nu cădeți în extreme. Orice om trebuie să aibă experiența măcar a unei singure pedepse fizice pentru a ști să înțeleagă.

Despre dorința de a fi foarte puternic

„*Vreau să fiu foarte puternică!*” – declară, subliniind fiecare cuvânt, femeile de tip luptător autentic. Deviza lor este pătrunsă de spirit masculin: „*Vreau și pot!*”

O astfel de femeie nu știe că această dorință a ei, evident masculină, include și tendința de a nu ține cont de locul ei în viață. Cu siguranță, feministele vor protesta imediat.

Bărbătoase, cu o podoabă capilară bogată, femeile traduc în viață dorința mamelor lor de a fi bărbați. De ce apare o asemenea dorință? Dacă mama, folosind un ton răstit, insistă asupra drepturilor ei și le explică copiilor cât de grea și lipsită de o rază de lumină este soarta femeii, fiica ei ar putea să decidă că, pentru liniștea familiei, este mai bine să fii bărbat. Aici se ascunde tendința spre o viață mai bună – setea de câștig. Aceste fete sunt derutate, deoarece gândul și fapta mamei lor nu se suprapun.

Dar, dacă mama renunță de bună voie la demnitatea ei și devine pentru tată o roabă care suportă tot și nu reacționează nici măcar la revolta fiicei ei, aceasta este robie împinsă la extrem și fata se va transforma în opusul mamei. Ea va deveni echivalentul tatălui ei. Nu știe să fie femeie, pentru că nu știe să fie flexibilă. Poate fi înțelegătoare și inimoasă, dar din toată ființa ei emană ceva masculin, dar ea nu se vede așa cum o văd ceilalți. Își alege o profesie pentru care sunt necesare calități masculine și va fi extrem de deprimată dacă, în locul ei, va fi preferat un bărbat. Nu o interesează lucrurile mărunte, feminine, ordinea și curățenia, ea are scopuri mari, bărbătești.

Alungă răul din tine

Am avut de multe ori ocazia să le spun femeilor: „Femeia poate fi și prim-ministru, dar cu o singură condiție – să-și iubească mai întâi soțul, chiar dacă acesta este un simplu muncitor. Din momentul când va începe să-și iubească mai mult fotoliul de ministru, ea va înceta să fie un adevărat prim-ministru, pentru că va înceta să fie femeie”. Ruperea de apartenență la un sex este o mare greșeală, care îl face pe om să nu mai fie echilibrat și în final îl va înrăi.

Dragi femei care doriți să fiți atât de puternice încât să vă descurcați în viață și fără bărbați! Iertați-o pe mama dumneavoastră pentru atitudinea ei eronată față de viață. În loc să se compare, ca forță, cu un bărbat și să facă ea muncile bărbătești, numai ca să nu-i ceară acestuia ajutorul și astfel mândria ei să nu sufere, fiecare femeie ar trebui să se elibereze de toate stresurile și să-și iubească soțul. Atunci bărbatul va fi mai masculin, iar femeia – mai feminină.

Dacă până și bărbatul se înrăiește că trebuie să înfrunte greutățile prin forță, ce să mai vorbim de femei. Stăpânirea de sine inteligentă sau supunerea în aparență calmă se echilibrează interior printr-o răutate reținută atunci când soțul încetează să mai vadă în femeie un om.

Și chiar dacă femeia își atinge scopul, mai devreme sau mai târziu, ea va trebui să renunțe la ceva pentru refacerea echilibrului. De exemplu, la organele femeiești, la bucuria de a fi mamă... În treacăt fie spus, s-ar putea să mai aibă copii, dar fericirea maternă va fi cu atât mai mică, cu cât ea va dori să joace tot mai mult rolul de bărbat. Fetele acestor femei nu vor fi fericite, pentru că mamele lor nu le-au învățat să fie femei. La ele totul este împins la extrem. Pretind foarte mult, dar toate pretențiile lor se reduc

în fond la una singură – *să fii așa cum spun eu. E un ordin!* Fetele nu știu ce înseamnă asta, pentru că mama lor nu a avut niciodată timp sau curaj pentru a sta de vorbă cu ele.

De obicei, acest gen de femei sunt nevoite să suporte mai multe operații la organele genitale. De fiecare dată, ele pierd ireversibil câte ceva și de fiecare dată corpul lor le ajută să mai aibă posibilitatea să-și îndrepte greșelile. Și chiar atunci când nu învață nimic și nu mai au nici un organ genital, corpul lor tot mai încearcă să intervină. Se îmbolnăvesc, de exemplu, de radiculită lombaro-sacrală, care le deformează atât de tare încât sunt nevoite să renunțe la prioritățile lor bărbătești. Și chiar dacă boala aceasta ar putea fi lecuită de către medici, picioarele nu vor mai putea să meargă pe același drum greșit și în final nici medicii nu vor mai avea ce să facă.

Și atunci omul zice: „*De ce nu mi-ați spus mai devreme?*” Eu v-am spus – de ani buni, corpul dumneavoastră vă tot spune, dar nu l-ați ascultat. Corpul v-a spus că *răutatea față de soțul căruia îi dai numai sex, pentru că altceva nu știe* este părerea unei femei autoritare. Prin intermediul operației corpul i-a arătat că, *dacă nu vrei să faci sex, poți să rămâi fără unul din organele respective*, dar n-ați înțeles. Ați urât bărbații din ce în ce mai mult, acum îi urăți și pe bărbații altora și la toți care v-au apărut în cale ați găsit numai defecte. Pas cu pas, corpul v-a direcționat gândurile în matca necesară, dar n-ați avut niciodată timp să-l ascultați. Doar i-ați acuzat pe bărbați. Dacă dreptatea ar fi fost de partea dumneavoastră, v-ați fi recuperat forțele și sănătatea. Dar, întrucât vă este tot mai rău, asta înseamnă că nu ați procedat bine. Pentru toate acestea cereți iertare corpului dumneavoastră.

Alungă răul din tine

Dorința neabătută, invincibilă a femeii de a fi mai puternică decât bărbatul duce la ateroscleroză. Dacă bărbatul începe să se înfurie pe soție din cauza acestei dorințe a ei și își cultivă răutatea, se va îmbolnăvi și el de aceeași boală.

Forța femeii este iubirea. Iubirea femeii poate face totul, mergând până acolo încât te poate apăra de moarte.

Exemplu din viață

S-a prezentat la cabinetul meu un bărbat în vârstă, dar viguros și energic, care din cauza unui efort fizic prea mare își accidentase brațul stâng. Brațul îi atârna ca un vrej. Trebuia să-i pun la loc vertebra cervicală care se deplasase. Durerea venea de la ceafă. I-am vorbit despre stresurile lui. I-am spus că necazul a venit nu de la greutatea ridicată, ci de la faptul că înainte de a începe lucrul s-a supărat pe soția sa și pe fiu. Bărbatul a dat din cap afirmativ, deci a înțeles totul. Am început să-i explic care au fost greșelile din modul lui de gândire și după 15 minute am auzit un pocnet, ceafa bărbatului s-a scuturat și el a spus: „*Ei, cred că am scăpat de năpasta asta*”. Și, într-adevăr, așa a fost. Am fost uluită de receptivitatea lui și de uimitoarea lui căldură sufletească. M-am uitat la el – era numai iubire. Am simțit cum pătrunde în mine căldura lui – mă iubea și pe mine. Nu ca femeie, ca om. Aceasta este iubirea de aproape despre care se vorbește atât de mult în ultima vreme, dar care este confundată cu politețea fățarnică. Am privit sufletul lui și i-am spus: „*Ați avut o mamă minunată. O iubire atât de mare față de soțul ei rar mi-a fost dat să văd. Probabil, tatăl dumneavoastră a trecut prin foc și apă dar s-a întors acasă?*”

„Așa a fost, – mi-a răspuns bărbatul. – tata a făcut tot războiul. Nu l-a a tins nici un glonț. Nici o boală nu s-a lipit de el. Se mira și el. De fiecare dată, când ne așezam la masă, acasă la noi, mama mai puneă o farfurie și pentru el și pe locul lui nu se așeza nimeni. Nu am plâns că tata nu se va mai întoarce. Mama știa că se va întoarce și s-a întors. Au trăit până la 90 de ani și la o săptămână după moartea mamei, tata s-a dus după ea”.

Prima mea carte le-a deschis ochii multor femei. Orbierea omenească mă doare. Primesc o scrisoare – *ce să fac, copiii mă urăsc, soțul m-a părăsit și nu se mai întoarce, eu trebuie să mă ocup de educația copiilor și acum să fac și munca de bărbat?* Sau se descrie o situație similară în care soțul este un alcoolic și, să vedeți, în familie a mai apărut un copil și, ca să pună capac, acesta este cel mai capricios dintre toți. Sau că femeia a fost părăsită de soț și de copii, pentru că trăia numai de dragul lucrurilor.

Amenințarea soțului divorțat și a copiilor cu sinuciderea este pentru multe femei un mijloc de a domina. Pentru majoritate, ea rămâne doar o amenințare care traumatizează psihicul celor din jur. Încercați să înțelegeți, doamnelor, că viața vi se complică nu de altceva, ci din cauza setei de a câștiga. Toată viața voastră anterioară a constatat în a obține, a poseda, acum trebuie să învățați să iubiți.

Dorința pătimașă de a avea bărbat și copii, bani și lucruri a depășit limita și ea nu se poate realiza înainte de a vă îndrepta greșelile.

Problema aceasta este într-adevăr foarte greu de rezolvat. Sămânța aruncată a crescut pipernicită. Începeți cu primul gând pe care spiritul vi-l trimite odată cu respirația. Eliberați-l, adică meditați. Recunoașteți-vă greșelile. Fiți cinstite cu voi însevă și cereți iertare din suflet soțului vos-

tru pentru că nu ați îndreptat greșeala soacrei voastre, că din neștiință ați permis acestei greșeli să se agraveze. Când veți dobândi starea de echilibru, vorbiți cu copiii voștri și cereți-le iertare pentru greșelile făcute. Țineți minte că, dacă veți începe să vă umiliți în fața copiilor prin autobiciuire, ei se vor înrăi și mai tare. Copilul vrea să-și vadă părintele înălțat, nu umilit. Copiii înțeleg mult mai bine că viața este o lecție unde toată lumea greșește.

Meditația sau o discuție cu gândurile noastre

Dacă ați descoperit că acum aveți înțelepciunea de a sta de vorbă cu dumneavoastră înșivă, n-o să mai spuneți că nu aveți timp pentru așa ceva. Orice clipă liberă va fi folosită pentru a redescoperi lumea, a o contempla și a o admira. Veți învăța să fiți fericit.

Deși viața sufletească a fiecăruia dintre noi este irepetabilă, voi da totuși câteva cazuri concrete ce pot fi folosite pentru toți.

Prima meditație

Respir o dată, încă o dată, îmi ascult gândurile și descopăr în mine răutatea că *nimic nu este așa cum vreau eu*. Îmi reprezintă mental că am de-a face cu un om, cu altul, care a venit să mă învețe. Este drept că sunt mirată de gândul meu rău, apărut de undeva, în tot cazul din mine. Încep să vorbesc cu el și am grijă să nu ne deranjeze nici-
meni.

Răutate că *nimic nu-mi iese cum vreau eu*, te iert că ai intrat în mine. Iartă-mă că te-am primit, că nu te-am lăsat să pleci, ci te-am crescut și nu am înțeles că prin capriciile mele, neexprimate prin cuvinte, prin istericale, prin tăcerea mea încăpățânată, prin decepțiile mele nenumite, prin provocarea de certuri, prin dorința de a avea și alții aceleași suferințe ca ale mele, prin răutatea că ceilalți nu vor să facă ce vreau eu și cât vreau eu – prin toate acestea mi-am manifestat răutatea că *totul se petrece altfel de cum vreau eu*.

În loc să fi căutat să te înțeleg și să încep să te eliberez, am preferat să nu văd și să nu aud ce mă irită și mă scoate din minți. Ascunzându-mi în suflet decepțiile, am așteptat ca, în sfârșit, cineva să mă bage în seamă și, înghițindu-mi lacrimile de răutate, când s-a ivit ocazia, înadins nu am făcut nimic, pentru că am așteptat ca odiosul dușman să se umilească și să mă cheme la el.

Iartă-mă, răutate că *nimic nu-mi iese cum vreau eu* pentru faptul că, fără să vreau, am mers pe aceeași cărare bătută, fiindcă mi s-a părut mie că viața mea este urâtă și nedreaptă și că la alții totul este altfel. Iartă-mă că am prețuit partea aparentă a vieții, fără să-mi dau seama că adevăratele valori nu pot fi văzute cu ochii și că în mine ele există și sunt cât marea de mari. Știi, răutate că *nimic nu-mi iese cum vreau eu*, că în mine aceste valori sunt cât oceanul de mari și dacă eu aș fi știut să recunosc partea bună a răului, fericirea mea nu ar fi avut margini.

Dragă răutate că *nimic nu-mi iese cum vreau eu*, iartă-mă că te-am crescut atât de mare, încât ție nu ți-a mai rămas altceva de făcut decât să începi să mă distrugi, fiindcă până acum nu am văzut, n-am auzit, n-am simțit și n-am înțeles, deși mă consideram atotștiutoare.

Alungă răul din tine

Mă iert pe mine pentru că am adunat picătură cu picătură această mare răutate că *nimic nu-mi iese cum vreau eu* și nu mi-am dat seama că aceste picături, pe care eu nu le numeam răutate, se adună într-un vas mai mare decât căldarea și nu-i pot spune altfel decât răutate.

Înainte îi dădeam alt nume. Iartă-mă, acum nu ți-am spus adevărul. Ca să spun drept, nici înainte nu-i spuneam cumva, îmi negam răutatea pentru că vedeam defectele la alții. Îi mințeam pe ceilalți și pe mine, și nu înțelegeam de ce nimeni nu vede partea bună din mine. Nu eram mai rea decât alții. N-am știut să mă bucur de bucuria celorlalți, pentru că mi se părea vulgar, deși mi-ar fi plăcut să fac un pic de spectacol. Acum înțeleg că nu era nimic rău în asta, cu excepția faptului că în sufletul meu regret că nu am făcut-o.

Dragul meu corp! Iartă-mă că toată viața ți-am făcut rău prin răutatea că *nimic nu era așa cum voiam eu*. Iartă-mă că nu am știut să mă comport cu bucurie față de obstacolele apărute în calea mea, că nu am înțeles că ele te avertizează în legătură cu ceva. Este adevărat că mi-a fost frică, dar n-am știut că tu mi le-ai scos în cale, ca să mă ajuți. Nu am tras nici o concluzie și de aceea, dragul meu corp, prin regretele mele ți-am dăunat și mai mult.

Iartă-mă, corpule drag, că n-am fost mai conștientă de faptul că orice boală, deși este rezultatul răutății mele, este și un avertisment pentru viitor care spune că, dacă n-o să gândesc corect, voi atrage asupra mea un necaz și mai mare. Acum știu că orice obstacol este o lecție legată de trecut, dar care acționează și în viitor.

Dragă corpule, în ciuda dorinței mele, în mine a apărut sentimentul de vinovăție față de tine și asta mă face să plâng. Acum înțeleg că lacrimile sunt o răutate care a stat

prea mult înăbușită în mine și care vrea să iasă afară. Înțeleg și că, odată cu lacrimile, pentru un timp ies și stresurile, dar asta nu m-a făcut mai deșteaptă și voi continua să adun în mine aceleași stresuri. Sunt bucuroasă că acum știu să le eliberez prin iertarea răutății că *nimic nu-mi iese așa cum vreau eu*.

Fiind un canal de legătură deschis între energia Dumnezeiască și omul bolnav, în discuțiile mele cu ei eu mijlocesc, cu tot focul inimii, cuvintele scripturii și mi s-a întâmplat ca un pacient aflat în sala de așteptare, să-mi spună după aceea, fără să știe absolut nimic, că parcă a fost străbătut de niște raze calde de lumină, capul i-a devenit mai mare, iar corpul a început să-și piardă contururile, iar pacienta cu care tocmai discutam în momentul acela să-mi spună: „*Am făcut tot ce a depins de mine. M-am consumat făcând bine pentru alții!*”

„*Și cum vă simțiți acum?*” – întreb eu, încercând să nu pufnesc în râs, văzând chipul speriat al pacientei care și-a adus brusc aminte că nu o doare nimic, că nu are de ce să se plângă. Avea o față atât de rumenă și de bucuroasă încât, dacă s-ar fi văzut, nu s-ar fi recunoscut. A ieșit ceva din ea și la plecare mi-a spus: „*Parcă am uitat ceva...*”

Ei, ați uitat doar greutatea mare a stresurilor cu care v-ați obișnuit. Dacă și în continuare ea își va putea face timp ca în același fel să se elibereze și de gândurile rele, nu are de ce să mai vină la cabinet.

Meditația a doua

V-ați sculat de dimineată cu o durere de cap. Dacă pentru o clipă ați acorda atenție gândurilor, ați înțelege că

Alungă răul din tine

aveți o supărare – că *nu vă apreciază copilul*. Exact asta este frica – *nimeni nu mă iubește*.

„*Da, ieri ne-am ciondănit. Face totul numai cum vrea el și deci nu mă apreciază*”. Îi vorbesc ei, rațiunii ei, fiind în același timp în contact cu sufletul ei: „*Sunteți supărată că nu vă apreciază copilul. Să fim cinstiți, aceasta este răutatea că copilul meu nu mă iubește, nu mă apreciază, nu ține cont de mine, nu are încredere în mine și nu mi se confesează*”.

Să eliberăm această răutate prin conversație.

Dragă răutate *copilul meu nu mă iubește*, te iert că te-ai instalat în mine. Știu că ai venit să mă înveți să înțeleg că el mă apreciază și mă iubește, dar își ascunde adevăratele sentimente pentru că are față de mine un sentiment de vinovăție.

Iartă-mă, dragă răutate *copilul meu nu mă iubește* pentru că te-am crescut atâția ani și n-am înțeles că sentimentul de vinovăție al copilului a început din momentul când am avut de făcut o grea alegere – să nasc sau să fac avort. Îmi aduc aminte că eram ferm de partea adeptilor avortului, deși în realitate mă temeam că, întrerupând sarcina, n-o să mai pot să mai am copii.

Eram nefericită, rea și înverșunată pe lume și pe oameni și doream ca tot ce a fost să nu se mai repete niciodată. Toate acestea au intrat în copil sub forma sentimentului de vinovăție pentru că el dorea atât de mult să vină pe lume prin mine și tocmai în acea perioadă grea. Ca să fiu cinstită, nu l-am dorit, dar mă temeam de durere și de faptul că n-o să mai am copii. Mă temeam să nu fiu o femeie neîmplinită pe care soțul nu o va mai iubi.

Mă gândeam numai la mine, raportându-mă subconștient la copil ca la un mijloc care să-mi garanteze iubirea

soțului și venirea pe lume, în viitor, a altor copii. De aici începe frica lui că *nimeni nu mă iubește*, nevoia lui de a fi ascultător și de a face tot ce e pe placul părinților pentru ca să fie iubit. În frica lui există doar o părticică din spaima de moarte.

Copil drag, aș da orice ca tu să nu gândești că eu ți-am dorit cândva moartea. Eu te iubesc, dar eram atât de proastă și nu știam că tu, fiind cât un milimetru de mare, erai deja complet format și erai atotștiutor. Copil drag, eu nici acum nu știu să gândesc corect – vezi, voiam să-ți cumpăr dragostea pe toate bogățiile din lume, dar tu nu ai nevoie de ele. Tu ai nevoie de libertate și de iubire. Cât de greu mi-a fost să înțeleg! Pentru că ne-am obișnuit să considerăm familia ca fiind proprietatea noastră. Copil drag, iartă-mă pentru greșelile mele.

Știu și că sentimentul lui de vinovăție a fost pricinuit de faptul că venirea lui pe lume mi-a provocat dureri fizice – mi s-a făcut cezariană. Așa se obișnuia atunci, deși copilul ieșea ușor și repede. Aș fi putut să mă opun, dacă aș fi știut. Nu-mi este clar dacă copilul este de vină că uterul meu a coborât, dar întrucât se pune în legătură cu nașterea, înseamnă că și eu am fost complice.

Am observat că la auzul unor astfel de cuvinte copilul se enervează, dar că se poate simți rănit, asta nici nu mi-a trecut prin cap. Abia acum m-a străfulgerat. Doamne milostiv, indirect eu l-am învinovățit și de asta, iar el, fără să-și dea seama, a adăugat și această vină la celelalte. Mi-a spus că nici nu vrea să audă astfel de lucruri îngrozitoare. Probabil, îi era groază. Nu m-am gândit că discuția asta ar putea să-l sperie. Am senzația că parcă nici gura nu pot s-o mai deschid. Nu, mai bine nu mă mai gândesc... Ia uite, am început să fac teatru cu mine însămi! Calm, doar calm!

Alungă răul din tine

Trebuie să recunosc că trebuie să fiu cinstită cu mine însămi și să fiu conștientă că eu și numai eu sunt obligată să-mi îndrept greșelile.

Copilul meu nu e mai cinstit cu mine decât sunt eu cu el. Eu l-am învinuit și el nici n-a crâcnit. Nu m-a învinuit că nu-l iubesc. Mi s-ar fi părut justificat să gândească astfel, dar acum știu – nu are dreptul să gândească așa pentru că eu îl iubesc. De frică să nu aud acuzații pe tema asta, am început să fiu confuză. L-am făcut să-l doară și el doar suferea și se ferea de mine. Nu-mi place acest lucru – trezește în mine sentimentul de vinovăție.

Totdeauna am vrut ca oamenii să spună deschis ce gândesc, am pretins cinste în fapte și în sentimente, dar eu însămi am fost mai ascunsă decât toți. Mă mândream cu cinstea mea, dar în loc să spun ceva rău, strângeam din dinți pentru că voiam liniște în familie. Pretind de la alții să facă ce nu fac eu, fiindcă mă jenez de dorințele mele. Copilul este trist, dar eu îl consideram încăpățânat și închis. El evita să-mi facă rău pentru că, odată, când eram foarte bolnavă, copiii s-au speriat atât de tare că o să mor, încât m-am speriat și eu și de sperietură m-am făcut bine; mai târziu am uitat însă de asta. L-am făcut să sufere înfinit mai mult prin dreptul meu de om matur și puternic.

Dragă răutate *copilul meu nu mă apreciază*, iartă-mă că nu te-am eliberat mai devreme.

Tot timpul îl cicăleam să nu stea cocoșat, pentru că un om demn trebuie să stea drept. Iarăși nu spun adevărul. În realitate nu suport să fiu umilită. Nu mi-am dat seama că el stă cocoșat din cauza sentimentului de vinovăție și faptul că privește în jos nu ascunde altceva decât lacrimile care ar putea să destăinuie următoarele: „*Mamă, tu nu mă iubești. Mă faci mereu să sufăr cu cuvintele tale jignitoare,*

cu ofaturile tale, cu trântitul ușilor și cu refuzul de a continua discuția. Prin toate astea îmi dai de înțeles că cu oameni ca mine nu poți vorbi omenește. Nu pot să spun totul, eu însumi nu mă înțeleg, învăț doar. Cum îți spun ceva, tu te superi. Este adevărat că te prefaci că totul este în ordine, dar oricum te superi. Tu crezi că te pricepi foarte bine să citești starea de spirit și gândurile altora, dar că și ceilalți pot să-ți simtă gândurile tale ascunse, asta nu recunoști. Nu vreau ca mamei mele să-i fie rău. La drept vorbind, eu procedez ca și tine – de dragul liniștii în familie fac o față uimită care ar vrea să spună: draga mea, nu m-ai înțeles bine. Urâsc minciuna. După părerea mea, e mai bine când un hoț sustrage un lucru, decât atunci când tu îți ascunzi sentimentele și le dai un alt nume. Atunci mă simt foarte rău. Te iubesc mai mult decât orice pe lume, dar tu ai nevoie de dovezi și eu nu știu să ți le dau”.

Dragă răutate copilul meu nu mă apreciază, tu m-ai învățat să văd că supărarea mea se depune în copil. Înainte nu înțelegeam. Mă simțeam ofensată, când aflu că el cere un sfat altcuiva, temându-se să vină la mine. Eram mâhnită și plângeam, așa cum plâng mamele nefericite care fac totul pentru copil, iar el răspunde binelui cu rău. Acum știu că erau lacrimi de răutate. Le condamnam pe mamele care, în schimbul grijii lor, pretindeau de la copil să fie ascultător. Abia acum înțeleg că și eu făceam la fel. Îl învinovăteam că nu are încredere în mine, deși în sufletul meu simțeam că eu eram cauza, dar până acum nu i-am cerut iertare. Considerându-mă infailibilă, am acumulat înverșunare în sufletul meu.

Dragă răutate copilul meu nu mă apreciază, iartă-mă că, lăsându-te să crești, nu mi-am dat seama că în mine se

Alungă răul din tine

coace dorința ca el să-și recunoască vinovăția, n-are importanță pentru ce, numai să se umilească în fața mea.

Iartă-mă că am luat iertarea drept umilință. Acum înțeleg de ce, câteodată, în loc să ierte, oamenii spun: „*Mai bine mor!*” Nu mi-am dat seama că eu eram cea care trebuia să se încline cu respect în fața copilului și să-i ceară iertare pentru că el voia să mă învețe să-mi înțeleg greșeli-le. Demult ar fi trebuit să mă văd în copil ca într-o oglindă.

Frica mea că *nimeni nu mă iubește* a crescut și a devenit răutate că *nu am ce vreau eu – dragostea copilului meu*. Acum simt cât îmi e de silă de mine și îmi mai găsesc și scuze! Merit să fiu bătută. Sunt totuși o ființă îngrozitoare, deși privit din afară sunt așa de drăguță și bună. Cerule, acum îmi torn cenușă în cap! Răutatea crescută din umilințe se întoarce ca un vulcan împotriva oricui, bine că mi-am urmărit gândul și am înțeles că asta a fost o răutate chiar împotriva mea. E destul ca cineva să se afle în preajma mea, că imediat și văd în el un posibil ofensator – pentru că de regulă nu ne analizăm gândurile. Dragă răutate *copilul meu nu mă iubește*, tu vezi câte greșeli am făcut și vezi că am început să înțeleg câte ceva. Acum tu poți să începi să te micșorezi și să mă lași.

Corpule drag, iartă-mă pentru răutatea *copilul meu nu mă iubește*, ți-am făcut atâta rău. Înainte eram nervoasă și nu înțelegeam că atâta timp cât răutatea asta stă în mine, copilul meu nu va putea să vină de bună voie și cu curaj spre mine. Am fost pentru el ca un dușman a cărui armă era răutatea. Dacă el ar fi avut curaj și ar fi venit spre mine, cum aș mai fi putut eu să-mi dau seama de răutatea mea? N-am știut să o eliberez, pentru că aveam nevoie de lecția ei.

Cât îmi e de greu să recunosc. Toată ființa mea se revoltă. Simt cum corpul meu e gata să se lase în jos, cum se lasă sacul de pe umeri, și să-mi spună la revedere. Ce bine ar fi fost ca altcineva să fi făcut asta, pentru mine, dar simt, dragă corpule că tu socotești altfel decât mintea mea proastă. Am trăit să mă supăr și pe mintea mea. Înainte aș fi învinovățit guvernul și vremurile grele pentru situația mea școlară, dar acum știu că tu, dragă corpule, în permanență m-ai învățat spiritual, dar eu nu am fost serioasă și am chiulit de la lecții.

Dragă răutate, îți mulțumesc pentru lecția pe care mi-ai dat-o!

Meditația a treia

Vă dor picioarele și din când în când vi se umflă. Se întâmplă să mergeți mult sau să vă învărtiți prin casă, fără să stați o secundă, uitând de picioare. Câteodată, deși nu ați mers mult, deja vă ard tălpile și degetele de la picioare, de parcă ați avea bătăături. Nu există nici o logică!

Să revenim la ziua dumneavoastră de ieri și să încercăm să ne amintim cum a fost.

Mergeați ținând în suflet răutatea că *nimic nu este așa cum vreau eu*. Să o iertăm.

Dragă răutate *nimic nu este așa cum vreau eu!*

Te-am crescut în permanență, am strâns în mine multe răutăți de „de ce”, fără să-mi dau seama că asta este o răutate. Când merg și încep să mă doară picioarele, mă gândesc la gândurile mele rele de dinainte și la urmările lor și, supărată, încep să caut vinovați.

De ce drumul e numai gropi? De ce facăștia încălțăminte așa de strâmtă? Nu mă gândesc că pantofii pe care

Alungă răul din tine

Îi port s-ar putea să mă mai roadă câteodată. Și ce să mai vorbesc că ar trebui să trag și niște concluzii. Pe urmă, mă bălăcăresc în gând că ar fi trebuit să iau autobuzul. Cu mașina cutreieri lumea, ei ce-i pasă! Uit că am și eu mașină, dar nu risc să gonesc cu viteză pe străzi înguste și în locurile intens populate. Că mersul pe jos este bun pentru sănătate, nici că mă mai gândesc.

Eu caut vinovați ca să-mi justific proasta mea dispoziție. Îmi aduc aminte că de fiecare dată, când vreau și eu să mă mai antrenez la condus, soțul meu ia el mașina. Nici nu-mi trece prin cap că el ar putea să aibă treburi mai importante ca ale mele. Am un singur gând în capul meu – soțul trebuie să-și respecte soția. Că și soția trebuie să-și respecte soțul – la asta nu mă mai gândesc. În momentul acesta nu am nimic în cap în afară de proasta mea dispoziție.

Eu vreau să fac bine, nu? Și am de făcut lucruri bune. Mi-am planificat atâtea pentru astăzi și totul numai pentru familie, dar mi-e clar că n-o să reușesc să le fac pe toate. Să mă gândesc că nu merită să mă crispez fără rost – asta nu. Eu vreau ca totul să fie bine, drumurile să fie bune, cizmarii să facă numai încălțăminte bună, că cine vrea să învețe să conducă mașina, să o poată face imediat. Am atâtea dorințe bune!

Îmi rămân în memorie întâmplări, nu gânduri, ele n-au mare importanță, aproape deloc. Abia acum am înțeles toate acestea, datorită ției, răutate că *nimic nu este așa cum vreau eu*. Datorită durerii care îmi arde tălpile, prin care tu m-ai făcut să gândesc, pot să recunosc că ar fi fost mai bine să stau acasă și să citesc cu plăcere un roman de dragoste, decât să plec după treburi. Ele trebuie făcute și îmi aduc bucurie după ce sunt rezolvate, dar eu aș prefera să se

rezolve singure. Aș fi putut să-l pun pe soțul meu sau pe copii să le facă, dar știu eu ce o să iasă? Ei nu au gust ca mine, nici nu gândesc logic. Cât pot să fie oamenii de proști!

Iertați-mă dragii mei, că de necaz am început să vă insult.

Mă irită când soțul meu vine de la muncă obosit. Urăsc bărbații slabi. Deși am încercat să înțeleg ce fel de muncă grea o avea, tot n-am înțeles. Este îngrozitor de greu să-i vorbești fără să-l ironizezi. Tușesc ca să-mi dreg glasul și îmi devin mie însămi nesuferită din cauza vocii mele false. De ce să nu-mi spun direct părerea? Mă tem să nu ne certăm. În realitate înțeleg însă că nu aș proceda bine. Nu vreau să-l rănesc și mi-e lehamite. Seara când îmi spăl picioarele, mă mir din ce în ce mai des că îmi sunt așa de umflate.

N-am știut că, precum boala de gât, și umflatul picioarelor se produce din cauza reproșurilor tacite făcute soțului în legătură cu problemele gospodărești care, după părerea mea, sunt ușor de rezolvat. Dar cum de nu-mi dau la iuțea-lă seama că a repara un acoperiș îți ia mai mult timp decât cârpitul unui ciorap? Vai, ce bună sunt, n-am ce spune. Ba o iau la fugă ca la incendiu, ba stau degeaba, dar defectele le văd doar la alții.

În loc să port o încălțăminte comodă, mi-am pus pantofi cu toc, fiindcă am vrut să arăt mai bine. Vreau să fiu respectată. Nu sunt conștientă că alergătura aceasta fără nicio noimă are drept cauză frica – *nimeni nu mă iubește*. Acum mă rod pantofii din cauza vremii, care parcă e făcută contra mea. De ce azi, înadins nu bate vântul, de ce chiar azi arde soarele? Ieri, nu știu de ce, parcă a bătut vântul... Dar că ieri din cauza vântului mi s-a stricat coafura,

Alungă răul din tine

astăzi nu-mi mai aduc aminte. Și dacă îmi aduc, nu e, după părerea mea, pentru că eu sunt posacă. Eu vreau ca ieri să fi fost soare și astăzi vânt.

Tot răsucindu-mă, în curând o să încep să văd numai răul, dar nu mă gândesc la asta. Să ne imaginăm că vine spre mine un om înțelept și spune: „*De ce îți faci singură rău? Gândește corect! Răutatea ta contra problemelor gospodărești iese din tine ca niște bule și ia forma bătăturilor, pentru ca tu cel puțin să nu mai încurci și mai mult ițele diverselor răutăți legate de mersul pe jos. Corpul tău te ajută, în limitele posibilităților lui, să rezolvi situația – câteva zile nu vei putea să mergi din cauza rosăturilor la picioare. Îți dă posibilitatea să cugeți și să tragi niște concluzii. Dar dacă tu o să te încalți cu altceva, însă vei continua să strângi în tine aceeași răutate, corpul te va ajuta să-ți scrântești piciorul. Și atunci o să ai timp să cugeți*”.

Se pare că sună rațional, dar mie nu mi s-a întâmplat să aud așa ceva. De ce nimeni nu m-a învățat treaba aceasta? De ce la vremea respectivă nu mi s-a spus la școală? Ți se face rău, nu altceva. Cum adică să o iau de la capăt la vârsta asta? Ce nedreptate monstruoasă! Totdeauna am zis că totul este alandala.

Dragă răutate *totul îmi iese altfel decât vreau eu!* Iar-tă-mă că înainte n-am știut, n-am putut și n-am vrut să gândesc corect și te-am lăsat să crești până într-acolo, încât nu văd în lume decât răul. Și chiar dacă văd binele, din cauza răutății mele, în mintea mea el nu e întotdeauna atât de bun cum este, de fapt, în realitate. Acum știu că, cine privește lumea cu bucuria curată și sinceră a unui copil, acela îi vede frumusețea.

Gândind și raționând în felul acesta am ajuns acasă. Observ deodată că picioarele nu mă mai dor, pantofii nu

mă mai rod și sacoșa nu-mi mai rupe mâna. Am o dispoziție bună de la mersul pe jos, de la cumpărături și de la faptul că am o zi întreagă în fața mea.

Simt pe neașteptate că, dacă înainte bombăneam cu plăcere, provocând inconștient o situație în care puteam măcar să-mi vărs răutatea pe cineva, acum, cu aceeași plăcere, aș încălța aceeași pantofi și aș face tot același drum, cu aceeași sacoșă grea. Vreau să mă conving că iertarea răutății *nimic nu este așa cum vreau eu* este o realitate. Picioarele mele îmi dovedesc că este așa. Și îmi face plăcere faptul că, dacă înainte eram agresivă în dorința mea, acum agresivitatea este înlocuită de bucurie.

I-am povestit toate acestea unei femei care mă asculta privind în jos. Când am terminat, a ridicat ochii. Privirea îi scânteia. Încet, mi-a spus emoționată: „*Mulțumesc*”. Atât de mult a acaparat-o discursul meu, încât nu am observat că ne-am mutat din ieri în azi.

Dacă ați remarcat, în timp ce meditați ați și simțit ușurare, libertate și bucurie. Acum, luați de exemplu, un ziar și citiți rubrica unde se critică ceva. Urmăriți-vă gândurile și reacția. O să observați că vă raportați la lume cu infinit mai multă înțelegere – mai calm și mai cuminte. Ați pășit pe calea cunoașterii adevăratelor valori ale vieții. Străduiți-vă să nu părăsiți acest drum.

Oricine poate să se ocupe cu astfel de cugetări în timp ce merge, când se duce undeva.

Despre a primi și despre neputință

E o vară călduroasă. Oamenilor li se umflă picioarele de la mers și ei cred că e de la căldură și de la sedentarism. Umflarea mâinilor și a feței sare mai puțin în ochi. Picioarele se umflă ritmic – seara și dimineața.

Edemul (umflarea) înseamnă oprirea circulației lichidului din corp. El indică stagnarea lichidului excedentar și inutil și vrea să ne spună ceva, dar noi nu înțelegem.

Nou născuții au în corp 70% apă.

Maturii – 62%.

În sânge există 84% apă.

Corpul omului rămâne sănătos atâta timp cât emoțiile și sentimentele sunt în echilibru. Pe măsură ce stresurile se adâncesc, în organism se acumulează un reziduu - zgura, iar cantitatea de lichid care circulă liber scade. Aceasta demonstrează scăderea capacității de purificare a corpului. Așa se produce îmbătrânirea. Îmbătrânește cel care „suge” în el stresurile. Un copil se poate extenua atât de tare, încât să pară un bătrân decrepit.

Apa circulă în compoziția sângelui și a limfei. Pentru ca trupul să trăiască și să fie sănătos, compoziția sângelui și a limfei trebuie să nu înregistreze modificări mari. Acumularea de zgură face ca sângele și limfa să devină mai groase. O cantitate suplimentară de apă salvează omul de la moarte. Apa subțiază zgura și acum stresurile se pot acumula din nou; apă pentru diluarea zgurii se găsește întotdeauna. În felul acesta corpul capătă o greutate excedentară.

Acesta este semnalul pe care îl dă corpul. El știe să dea de știre că are nevoie de ajutor.

Dacă omul nu înțelege că stresurile trebuie eliberate pentru ca zgura să iasă afară, el va avea parte de o lecție mai dureroasă. Odată cu creșterea cantității de zgură, aceasta se întărește, formând ghemotoace gelatinoase în sânge și în limfă.

Cele care se găsesc în sânge se numesc trombi. Mărirea ganglionilor limfatici este cunoscută de noi toți din experiență.

Când trombul astupă vasul de sânge, celula rămâne fără hrană și moare. Acest lucru este periculos pentru viață.

Când se înfundă un vas limfatic, substanțele reziduale din activitatea celulei nu pot să iasă afară din corp și se adună în canalele limfatice și în ganglioni, care, prin mărirea lor și prin durere, dau semnalul că răutatea trebuie eliberată. Acest semnal ne spune că încă se mai poate primi ajutor.

Sângele hrănește, iar limfa curăță. Amândouă sunt vital de necesare.

Sângele simbolizează femeia.

Limfa simbolizează bărbatul.

Sănătatea simbolizează iubirea.

Omul modern ia drept iubire valorile materiale și adună în el răutate, deoarece bogățiile nu pot suplini absența din suflet a iubirii. *Dacă omul ar avea suficiente bunuri materiale, nu ar mai avea stresuri.* Din păcate, pofta vine mâncând și lăcomia omenească nu se va potoli. Pentru a evita acest lucru, trebuie scăpat de lăcomie.

Partea materială a vieții este asigurată de bărbat. El ar realiza mult mai mult, dacă ar avea forța voinței. Forța voinței, fiind sensul vieții, adică iubire, se află în inima femeii.

Alungă răul din tine

Fiind creată de Dumnezeu ca partea care dă, femeia modernă dorește însă să primească din ce în ce mai mult.

Cercul logic al vieții se închide.

Edemul indică îmbolnăvirea limfei. Cauza o constituie răutatea femeii pe neputința bărbatului. Această situație este mult mai gravă și mai periculoasă decât ar putea părea la prima vedere. Noi aparținem umanității și purtăm în noi și stresurile ei. Răutatea sexului feminin pe neputința bărbatului pleacă din sfera economicului. Dar și ea distruge sexualitatea masculină. Distrugerea se petrece pe fondul dominării bărbatului de către femeie, ironizarea soțului și a capacităților lui mentale și alte umilințe. În final suferă soțul, dar și mai tare suferă soția și cel mai mult suferă copilul.

Edemul începe de regulă de la picioare, ceea ce demonstrează o răutate exagerată contra neputinței economice și sexuale a bărbatului. Dacă soția percepe sexul și iubirea ca fiind două lucruri deosebite și începe să se înrăiască pentru că soțul este *atât de neghiob că nici măcar să iubească nu știe*, ea se va umfla la față și la mâini. Dacă începe să-i reproșeze soțului acest lucru, umflăturile vor fi la trunchi. La tot pasul numai exagerări și ea se umflă din ce în ce mai tare.

Doamnelor! Când veți începe să vă eliberați de acest stres, veți înțelege cât de mult îl stingheriți pe soțul dumneavoastră și îl faceți să se ocupe de lucruri mărunte, în loc să se ocupe de treburile importante, bărbătești, ca apoi, tot dumneavoastră, să-l criticați. Ce folos că pe urmă începeți să-l consolați ca o mamă, mângâindu-l pe cap, și să vă mușcați limba să nu-l mai supărați din nou! Tăinuindu-vă în suflet dezamăgirea, îl stingheriți și mai tare.

Prin gândurile sale rele, soția provoacă din ce în ce mai multe insuccese soțului ei. La fiecare nou insucces gândește în sinea ei: „*Vai, ce blegi mai sunt și bărbații ăștia*”. Soția îi subminează soțului încrederea în el. El nu va mai îndrăzni să întreprindă nimic important și între timp disprețul ei va crește. Ea își va identifica soțul cu toți reprezentanții sexului masculin și seara, agitându-se prin casă cu picioarele umflate, trecând peste durerea din articulații, îl va bodogăni: „*Ție ce-ți pasă. Tu ești sănătos. Aș fi alergat și eu, că doar munca nu te omoară, dar eu sunt bolnavă*”.

Uitați-vă la oamenii bătrâni, atât femei cât și bărbați, cum bântuie încoace și încolo blestemându-și continuu viața. Se blestemă și pe ei și picioarele lor bolnave, fără să înțeleagă că răutatea pe locul bolnav abia că intensifică boala. Ei toți au edeme dureroase la picioare și ele se văd cu ochiul liber.

Dacă un bărbat tânăr începe să se ponegrească pentru neputința sa și în felul acesta, la răutatea sexului feminin pe neputința bărbaților – pe care o are de la mama sa -, va mai adăuga și propria răutate că nu a reușit să facă ceea ce se dorea de la el, vor apărea nu edeme, ci direct cancerul vaselor limfatice. Pentru că cine este rău cu sine, își dorește răul. Disprețul tânărului față de el însuși, provocat de neputință, va avea aceeași influență.

Cel care se va comporta cu un dispreț trufaș față de ignoranța bărbaților și neputința lor profesională, se va alege cu o mărire cronică a ganglionilor în zona capului și a gâtului. Mai ales atunci când simte că nu este îndeajuns de apreciat sau că genialitatea lui a trecut neobservată.

Edemul este caracteristic mai ales pentru sexul feminin. Bărbații nu pot să-și țină mult în ei sentimentele.

Alungă răul din tine

Acum vreo douăzeci de ani un stimat profesor cu o vârstă apreciabilă și cu o mare experiență practică mi-a spus: „*Știi multe lucruri deștepte, dar nu știu de ce pe femei le doare capul fără nici un motiv și de ce li se umflă picioarele. Dacă dumneavoastră, stimată colega, veți descoperi acest lucru, să-mi spuneți și mie*”. Acum aș putea să-i spun, dar dânsul nu mai este printre noi.

La fel stau lucrurile și cu îmbolnăvirea vaselor de sânge.

Arterele se corelează simbolic cu femeile.

Venele se corelează simbolic cu bărbații.

Arterele sunt bolnave mai frecvent la bărbați, iar venele la femei.

Dacă bărbatul se înfurie că femeile își bagă mereu nasul în chestiuni economice și nu știu nimic, ci doar comandă, dau ordine, deranjează și strică totul, femeile îl vor săcăi și de acum încolo. Și cum ar putea el să se înfurie pe femei altfel decât să se aleagă cu îmbolnăvirea arterelor? Dacă va mai începe și să se ocărăască pentru prostia lui, pentru lașitate și neputință, se va alege și cu o cangrenă.

Dacă bărbatul consideră sincer că partea economică a vieții intră în obligația sa, dar nu știe să se elibereze de spaime și va fi în permanență îngrijorat din cauza bugetului familial, venele lui se vor dilata. Dacă bărbatul este copleșit de dorința războinică de a zdrobi, de a rezolva treburile cu ajutorul pumnului, de a-și demonstra esența lui masculină, punând-o pe femeie la locul ei, pe pielea lui vor apărea ulcerații.

Ulcerazia trofică este ca o țevă de evacuare ce iese din rezervorul răutății. Prin ulcerazia pielii iese afară răuta-

tea nimicitoare care pune viața în pericol. Dacă răutatea nu este eliberată, ulcerarea nu se vindecă. Dacă se trece la regim vegetarian, se va vindeca, dar pentru scurtă vreme. Dar, dacă omul nu va învăța să se raporteze corect la treburile economice, răutatea va întrece regimul vegetarian. Femeia care adună în ea probleme economice aducătoare de răutate va avea și ea venele dilatate. Dacă, în plus, se va supăra și pentru problemele economice ale soțului sau ale bărbaților în general, venele ei se vor și inflama. Dacă nu trage concluziile necesare și problema se adâncește, i se vor inflama și venele profunde. Cu cât răutatea este mai mare, cu atât inflamația este mai puternică.

Dacă, din motive economice, femeia se supără sincer pe ea însăși și pe sexul feminin, va apărea o inflamație a arterelor. Cangrena apare mai rar la femei, deoarece vinoși pentru problemele economice se socotesc nu pe ele, ci pe bărbați. Femeia modernă dorește să conducă bărbații și economia. Cea care ocupă un post de conducere în sfera economicului va provoca întotdeauna răutate la subalternii ei. Este o reacție inconștientă la nerespectarea legilor naturii. Dacă subalternii ei nu vor învăța să gândească corect, arterele lor se vor îmbolnăvi.

Iertați-vă răutățile legate de probleme economice. Ele au venit ca să vă învețe că numai iubirea și liniștea sufletească pot să vă aducă împlinirea dorințelor. Răutatea – niciodată.

Dacă femeia va cere iertare sincer, din tot sufletul, răutății sale pe neputința sexului masculin, ea va simți cum începe o ușoară picurare în picioare – în esență este circulația energiei care se ridică în valuri până în creștetul capului. Inima începe să bată accelerat. Funcționarea mai rapidă a rinichilor va duce la golirea mai deasă a vezicii urina-

Alungă răul din tine

re. Apoi, același val se va urca în sus pe oase. Ele vor începe să doară. În acest fel se mișcă răutatea pe neputința sexului masculin, pentru a se putea elibera.

Dacă bărbatul va cere iertare răutății lui pe neputința economică a sexului feminin, corpul lui va răspunde prin pulsația arterelor în tot corpul. Senzația de căldură și de ușurare este semnul că eliberarea s-a produs.

Poate să învinuiască pe altul de neputință doar cel care este amator de câștig. Unui om generos nici nu-i va trece prin cap așa ceva.

Chiar dacă amatorul de câștig nu se gândește la greșelile sale, din cauza setei lui de a câștiga, va apărea în el un inexplicabil sentiment de vinovăție. Sentimentul de vinovăție și acuzațiile aduse altora, având sediul în inimă, provoacă încetinirea circulației sanguine și respectiv edeme în locul unde se află stresul.

Setea de a câștiga este un stres viclean. Deși, de când e lumea, această sete e socotită o trăsătură de caracter rușinoasă pentru om, ea, în contrapondere, și-a complicat esența perfidă pentru ca noi să învățăm. Chiar și cel mai modest om poate să se justifice spunând: „*N-am și eu oare dreptul să primesc un astfel de fleac, ia uite la alții*”. Dacă el nu știe mai întâi să dea, nici nu va primi. Cât ai dat și cât ai primit este o noțiune relativă ca mărime, dar datul trebuie să preceadă primitul. În felul acesta omul devine, înainte de toate, bogat spiritual și abia apoi – material.

Orice om se vede pe el în celălalt. Cu cât defectul tău este mai mare, cu atât mai evident îți sare în ochi partea negativă a celuiilalt. La un om care îți seamănă, nici nu ob-

servi defectele sau le vezi mai mici, pentru că ești înțelegător.

Un tâlhar nu se va grăbi să acuze un alt tâlhar.

Un om binevoitor se străduiește să dezvinovătească pe un alt binevoitor, chiar dacă acela s-a murdărit vizibil cu o faptă necinstită.

Scăpați de orice gând rău despre altul – el se referă la dumneavoastră. Scăpați și de refuzul, de lipsa de dorință de a vedea răul care se ascunde în umbra binelui aparent. Trăind într-un mediu în aparență prosper, trebuie să fii prost să nu simți cum tensiunea nevăzută crește până la starea de explozie. Cum se va manifesta explozia – printr-o tumoare pe suprafața corpului sau prin distrugerea corpului – asta depinde de nuanța acumulării de răutate.

Dacă un astfel de protest înăbușit al unor mari mase de oameni țâșnește în afară, acest lucru se va exprima, precum o ulceratie pe fața Pământului, sub forma unor calamități naturale sau a unui focar de război care nu vor înceta până când răutatea nu se va elibera. Cu răul vizibil nu ne obișnuim. Dar cu binele vizibil ne obișnuim până într-acolo, încât uităm complet de rău. Și dacă, dintr-odată, ceva sau cineva vrea să se elibereze, va fi ca un tunet pe cer senin. Același lucru se întâmplă și în situațiile opuse, când asupra omului are loc un atac în scop de profit, iar el clipește din ochi neștiutor ca un copil naiv care nici măcar nu bănuiește că ar exista un pericol deoarece el se răsfață în razele binelui vizibil. Totul trebuie văzut în ansamblul său.

Osul reprezintă simbolic bărbatul.

Țesutul moale – femeia.

Alungă răul din tine

Ficatul, splina și măduva osoasă sunt organe care fabrică sânge. Natura a creat oasele goale pe dinăuntru pentru ca să protejeze măduva care produce sângele ce hrănește corpul. Ficatul și splina sunt protejate de coaste. La fel și bărbatul a fost creat pentru a apăra iubirea. El a fost creat pentru a proteja femeia.

Când bărbatul este furios, răutatea îi rupe oasele și femeia rămâne fără apărare.

Dorința femeii de a domina bărbatul stimulează producerea de sânge și cu cât dorința ei este mai mare cu atât mai grea este suferința organelor care fabrică sânge.

Creșterea anormală a numărului de hematii înseamnă un atac dușmănos al mamei și al soției asupra bărbaților.

Creșterea anormală a numărului de leucocite înseamnă supunerea mamei și soției față de bărbații care au trecut la atac. Deși, simbolic, sângele este femeie, el are două părți – partea feminină a sângelui este reprezentată de hematii, iar partea masculină – de leucocite. Nu mai insist cu amănunte asupra sângelui, tema tratării bolilor de sânge poate face subiectul unei alte cărți.

Anemia apare la cel care îl consideră rău pe capul familiei. Dacă mama consideră că soțul ei este un cap de familie rău, copilul va avea anemie. Dacă femeia își crește copilul fără tată și spune că viața care o hrănește este rea, obligatoriu copilul va avea anemie. Sângele copilului își înrăutățește calitatea atunci când mama se consideră neajutorată și nepricepută și își extenuază copilul cu tânguiri pe această temă.

Repet încă o dată: tipic și caracteristic pentru comportamentul unui om ros de setea de câștig este faptul că el învinuiește pe altul de neputință. El însuși vrea să primească, nu dă nimic altuia, în schimb îl învinuiește.

Spaima că *nimeni nu mă iubește* este principala spaimă a omenirii orientată spre a primi, a obține. Ce anume dorește să obțină? Păi, același lucru fără de care nimeni, nicăieri și nicidecum nu poate trăi – iubirea.

Cel orbit de setea de a câștiga nu vede cerința de bază a traiului omenesc – necesitatea de a da. Spaima că *nimeni nu are nevoie de iubirea mea, iubirea îmi este respinsă* este spaima cea mai mare, dar omul lacom o are numai atunci când își pierde bogăția. De regulă, el abia atunci descoperă ce este cu adevărat valoros pentru el – omul de alături.

Spaima că *nimeni nu are nevoie de iubirea mea* este stresul celor care dau. Nimeni nu este doar dătător sau doar primitor. Dar, dacă lăsați ca setea de câștig să ia amploare, ea va căpăta o asemenea putere, încât nu veți mai avea nimic în afară de bani și ceea ce se obține cu bani. Puteți să vă simțiți chiar fericit că v-ați dat iubirea pe bani, dar ca în orice exagerare binele se întoarce în rău.

Dacă acum vă veți gândi la dumneavoastră și veți simți că aveți ambele spaime, asta înseamnă că setea de câștig și generozitatea dumneavoastră se întrec între ele sau chiar se luptă. Care dintre ele prevalează în acel moment vă arată pe care dintre ele o simțiți.

Datul și primitul pot fi chiar confundate la o examinare superficială. Dacă dați sau dăruieți ceva și așteptați în schimb recunoștință sau dacă vă uitați la ce se face cu cadoul dumneavoastră și considerați că nu e ce trebuie și mai faceți și comentarii – asta este tot sete de câștig. Înseamnă că l-ați dat ca să fiți iubit, respectat, să vi se acorde atenție. Ați dori să dați tot mai mult, dar pentru a da mai mult, trebuie să primiți mai mult. Vă înfuriați pe cel care nu dă, ca-

Alungă răul din tine

re nu permite, care nu rezolvă, pe cel care vi se pare a fi un obstacol în realizarea planurilor dumneavoastră.

Dar, dorința de a căpăta iubire îl poate face pe om să atenteze la prosperitatea altcuiva. Cine cade în cursă – este hoț, cine nu – e om cinstit. Spiritul omului vede însă și știe tot, inclusiv gândurile, și asta se exteriorizează pe corp. În popor se spune: „*Dumnezeu vede și pedepsește*”. Omenirea păcătoasă vede în toate o pedeapsă.

Setea de a câștiga îl face pe om zgârcit și avid. Pretenția de a merita iubirea duce la irosirea binelui acumulat. Corpul încearcă să ne învețe să fim echilibrați. Dacă recunoașteți că problemele dumneavoastră sunt provocate de această sete de câștig și de frică, apoi le cereți iertare că v-au ținut captiv și că n-ați știut să înțelegeți ce au vrut ele să vă învețe, ele ar putea să înceapă să vă părăsească. Dacă vorbiți cu ele de fiecare dată și cereți iertare corpului pentru rătăcirea dumneavoastră, va veni și ziua când vă va fi mai ușor în suflet. Atunci veți observa că, oricât ar fi de ciudat, nu e nicio rușine să dai mai puțin sau chiar deloc. În loc de un buchet de trandafiri, dați un buchet de flori de câmp, în loc de cadou – un pupic din toată inima. Și nu veți avea nici muștrări de conștiință, nici sentimentul de pagubă. O să simțiți că oamenilor din cercul dumneavoastră le va fi bine.

Calculul cât am dat și cât am primit se face în toate, inclusiv muncă, relațiile familiale etc. Cui îi place munca și i se dedică, va fi recompensat. Dar cine pretinde pentru munca lui o plată mai mare decât ar merita, acela, din cupiditate, își condamnă sufletul la suferințe. Răutatea pe un obstacol apărut în calea înavușirii duce la îmbolnăvirea părții inferioare a corpului. Cine uită că nu noi am fost creați pentru bani, ci banii pentru noi, acela va considera

munca un mijloc de profit și va fi nevoit să sufere. Aș fi vrut să mă adresez soțiilor care intenționează să divorțeze, dar încă nu au divorțat. Imaginați-vă că va trebui să vă despărțiți în momentul acesta. Ce sentiment v-a apărut? Dacă ați simțit în suflet o durere nemăsurată că deja nu-l mai puteți iubi, pentru că mai devreme sau mai târziu el va aparține altcuiva, înseamnă că și în continuare veți fi cel care dă. Eliberați-vă de spaime și atunci va dispărea răutatea și în familie va fi înțelegere, pentru că în dumneavoastră s-a reaprins dragostea. Atunci fiecare cadou va fi precedat de iubirea care îl va face și mai prețios pentru cel care îl primește.

Fericirea în căsnicie nu depinde de vârsta la care te căsătorești sau a câta oară te căsătorești. Dacă familia se crează pentru a face fericit pe celălalt sau a-l ajuta – va fi fericire. Dacă omul se căsătorește mizând pe ajutorul celui-lalt, atunci cel care dorește să se căsătorească va fi lipsit exact de ceea ce a calculat el că va obține. Cine a sperat să primească iubire, va fi lipsit de iubire. Cine a sperat să capete un sprijin, va fi lipsit de sprijin. Cine a sperat să facă rost de bani, va fi lipsit de bani. Cine a sperat să aibă de-a valma, va rămâne fără tot.

Unii vor să capete sănătate. Nimeni nu-i poate da omului sănătate, în afară de el însuși. Sănătatea omului este măsura spiritualității lui.

Concepând copii, părinții visează ca ei să crească oameni onorabili, dar uită că nu este suficient doar să le dăruiești viața.

Oferirea iubirii este baza vieții. Oferiți iubire în fiecare clipă și în fiecare clipă veți avea ce primi.

Dar onorabilii părinți moderni nu știu acest lucru, ei consideră că se poate oferi numai material și sunt foarte nedumeriți de ce copiii lor încep să distrugă ce au făcut ei cu atâta trudă. Părinții strâng bani – copiii îi aruncă în vânt. Părinții cumpără mașină – copiii o fac praf în accident.

Bunii părinți au uitat cum tânjeau după iubirea și mângâierile părinților lor și, dacă iubirea lor era înșelată, începeau să se revolte pentru orice. Revolta crește și devine spirit de contradicție. Copilul nu dă doi bani pe mașină, ci dimpotrivă, vrea să o distrugă, fiindcă vede că pentru părinți ea este comoara cea mai prețioasă. Gândul se transformă în faptă și, devenind realitate, face mașina țândări. E bine când el nu se accidentează mortal. Dacă măcar lângă patul de suferință al copilului părinții și-ar recunoaște greșeala, lecția setei de câștig ar fi cu asta încheiată. Dar dacă ei văd în copil doar pe vinovatul accidentului și plâng după mașina lor, lecția nu se termină.

O pierdere materială obligă la recuperarea pagubei. Setea de a câștiga te obligă să te grăbești din ce în ce mai tare. Un om grăbit nu face niciodată ceva temeinic și nu simte nicio satisfacție. El nu vede *cum* au făcut ceilalți oameni, ci *cât* au acumulat. Invidia te poate scoate din minți. Chinuit de problemele proprii, un astfel de om împroașcă cu noroi pe ceilalți, le critică fiecare pas și în toate vede doar interesul altora.

Eu am făcut incomparabil mai mult și m-am ales doar cu boala – conchide cu amărăciune câte cineva la bătrânețe. El n-a observat că altul a muncit cu drag, el – cu răutate. Altul s-a străduit din toate puterile, el – doar ca să ia fața.

A oferi iubire și a oferi cu iubire este o fericire, a primi iubire și a primi fără iubire este o nefericire.

Setea de glorie este tot o manifestare a setei de câștig. Efectele ei sunt cunoscute și înțelese doar de cei care au suferit de pe urma gloriei. Cel care într-o viață anterioară a suferit din cauza gloriei, acum, inconștient, se va comporta cu prudență față de ea. Având-o, nu va deveni euforic și pe scara lui de valori ea va ocupa un loc modest.

Orice om are nevoie să i se acorde atenție, dar dacă această necesitate devine mult prea mare, ea poate ucide. De exemplu, moartea subită în prezența unei mari mulțimi de oameni poate fi rezultatul unei dorințe, neîmplinite în alte condiții, de a fi în centrul atenției. Acum ea se realizează prin moarte.

Cu cât gloria este mai mare, cu atât frica de a o pierde este mai mare. Celebritățile pun de obicei la inimă orice cuvânt rostit la adresa lor. Astfel, din cauza unei critici, o persoană cu faimă poate să cadă într-o depresie profundă, iar un adolescent idolatrizat de prieteni poate ridica pumnul asupra celui care îl ofensează și chiar își poate păta numele cu o crimă.

Dacă gloria nu este din ce în ce mai mare, omul va încerca un sentiment de nemulțumire față de sine și față de ceilalți. Geniile de la Dumnezeu nu se interesează de părerea altora, se afundă cu totul în muncă și de aceea creația lor este liberă și veșnică. Cei care sunt apăsați de glorie nu îndrăznesc să scape de ea, pentru că asta echivalează cu a pierde tot. Ei nu sunt convinși de valoarea muncii lor. Eliberați-vă, prin iertare, de setea de glorie înțelegeți-i esența și veți avea un sentiment de libertate. Munca dumneavoastră va fi încoronată de glorie, iar dumneavoastră vă veți smulge din cercul adoratorilor.

Alungă răul din tine

Indiferent de explicația pe care am dat-o în cartea mea precedentă, mi se pune întrebarea: „*De ce oamenii cu capacități extrasenzoriale nu se înțeleg între ei?*” Păi, pentru același lucru pentru care, în general, oamenii nu se înțeleg între ei. Din dorința de a-l face pe celălalt să semene cu tine și, mai mult, – din dorința de a fi mai bun decât ceilalți. Din păcate viața este o continuă gâlceavă. Oricum i-am spune noi acestui bici care ne împinge să ne luăm la bătaie – sete de glorie sau spaimă că *nimeni nu mă iubește*, în esență este tot setea de a câștiga din care crește invidia. Există la copii o zicală foarte nimerită cu care este gratulat cel care te necăjește: „*Cine zice, ăla e*”.

Problema civilizației – setea de a câștiga – provoacă durere. Ori că e mare, ori că e mică, ea va crește, dacă nu vă eliberați de ea. Începeți să discutați cu ea. Ea a apărut ca să vă învețe cum să deveniți darnic, dar n-ați învățat. Cereți-i iertare pentru rătăcirea dumneavoastră. Cereți corpului iertare pentru greșelile făcute.

Una din formele de manifestare a setei de a câștiga este sminteala pe tărâmul credinței. Care credință? Indiferent care. Când omului i se întuneacă mintea, singurul lucru care nu-l scoate din minți este credința sinceră în Dumnezeu. Ceilalți zei, mai devreme sau mai târziu, mai mult sau mai puțin, vă vor suci mintea. Dacă omul vrea să-i depășească pe ceilalți și consideră că poate face aceasta prin bani, el va fi chinuit de setea de bani. Dacă omul vrea să se impună prin forță, el va fi mânat de setea de putere a cărei manifestare exterioară este politica. Dacă politicianul va rămâne în cadrul posibilităților lui pământești reale sau dacă va vrea să cucerească lumea, depinde de cât de echilibrat este, dacă ascultă de glasul inimii sau dacă plutește în nori,

considerându-se trimisul lui Dumnezeu pe pământ, până într-o zi când își va rupe gâtul.

Dacă omul nu are înclinații în sfera economică sau nu are darul vorbirii, el își va îndrepta pașii spre o sectă religioasă unde se subliniază tot timpul că dacă ești cu noi, ești mai bun decât alții. Dacă această sete de a câștiga – dorința de a te ridica deasupra celorlalți – nu este foarte puternică, omul se mulțumește cu dogma și cu secta lui și este satisfăcut de faptul că toți membrii sectei sunt mai buni decât alții. Dacă ai casei nu intră în această sectă, ei vor începe să-i privească cu dispreț și să-și dea aere. Nu se împacă cu gândul că nu este respectat și pretinde ca ceilalți să se schimbe. Dacă dorința de a domina se transformă în dorința de a fi mai presus decât toți, el își va aroga dreptul de a acționa în numele lui Dumnezeu. În orice colțișor al globului pământesc, printre pacienții sanatoriilor psihiatrice pot fi întâlniți *napoleoni* și *hitleri*, acești zei omenești, periculoși pentru societate prin impetuozitatea și obsesia lor că pot să îndrepte lumea. Până aici i-a adus setea lor de a câștiga. Cine ignoră creșterea setei proprii de a câștiga, cine nu o ține în frâu, poate, pe nesimțite, să intre într-o astfel de criză. În acest caz, va fi greu să fie ajutat, pentru că el nu-și mai controlează gândurile. Toată această tulburare sufletească este provocată de spaima că *nimeni nu mă iubește*, care nici pe departe nu vrea să ne smintească, ci vrea să ne învețe să fim curajoși, deștepți și puternici, dar noi respingem învățătura ei.

Ideile rupte de viață, chiar dacă pot fi minunate, dar dacă ele trebuie traduse în viață de alții, autorul lor se va afla pe o cale greșită. Un om genial, conștient că ideile lui par o bizarerie pentru ceilalți, – el percepându-le însă ca fiind reale, – va traduce el însuși în viață aceste idei și în

Alungă răul din tine

aceasta va consta genialitatea lui. Pe astfel de personalități se bazează dezvoltarea lumii.

Celor dintre dumneavoastră care aud voci și comenzi, interdicții și amenințări de osândă, vă spun următoarele.

Să știți, dragii mei, că Dumnezeu nu ordonă, nu interzice și nu amenință. Dumnezeu este un tată bun care îi dă fiului său posibilitatea să învețe și libertatea de a folosi corect această posibilitate. Dar dacă fiul vrea să învețe prin propria suferință, tatăl îi dă această posibilitate. Dacă în capul dumneavoastră sunt gânduri rele, sunteți precum un fiu rău care atrage așa-numitele forțe întunecate, denumite adesea necuratul. La nivelul fizic al vieții de zi cu zi, acestea sunt rudă cu prietenii răi cărora un om slab li se supune și speră să capete forță prin faptele sale rele, deși se teme de ele. Un om puternic nu-și va apropia prieteni răi.

Prieteni răi din partea nevăzută a vieții vă supun, mai mult sau mai puțin, la aceleași încercări. Dați-le un răspuns răspicat. Spuneți că vă înțelegeți greșeala și că vă puteți îndrepta, eliberându-vă de gândurile rele. Eliberați-vă și de frică, de tot felul de forțe inexplicabile și de spaima că *Dumnezeu nu mă iubește*. Apoi, spuneți celui care vă deranjează să vă lase în pace, pentru că acum sunteți mai deștept, mai curajos și mai puternic și, de asemenea să știți că nevăzutul nu poate influența în rău pe un om cu sufletul curat. Mulțumiți ispititorului pentru că, cu ajutorul lui, ați aflat de energia negativă care s-a adunat în dumneavoastră. Altfel, ați fi fost în neștiință. Nu considerați aceste forțe ca fiind oarbe și ignorante. Așa cum ele v-au arătat esența dumneavoastră rea, pe care ați atras-o ca un magnet, tot așa ele vor vedea munca pe care ați depus-o pentru corectarea modului de a gândi. Ele pot să-și spună Dumnezeu

atâta timp cât dumneavoastră nu vă veți înfrâna ambiția, setea de glorie, dorința de putere, setea de câștig etc.

Deprimarea provocată de oameni

Dacă am ști să ne eliberăm de mâhnirea provocată de neînțelegerea omenească, dacă am pricepe importanța ei, ne-am elibera de tragicomedia întregii noastre vieți.

„Ego-ul” omenesc crește odată cu creșterea nivelului de instrucție. Sentimentul propriei demnități se transformă pe neobservate în egoism. Sunt însă foarte puțini cei care sunt conștienți de acest lucru.

Disponibilitatea mărită de a te apăra față de părerile și aprecierile de diverse tipuri, lupta pentru demnitatea umană, felul deosebit de a-ți demonstra bunele tale intenții și intențiile rele ale celorlalți, capacitatea de a căuta ceva supărător chiar și în situația cea mai favorabilă – toate acestea demonstrează creșterea „ego-ului”. Eu și numai eu sunt cel mai respectabil! În același timp, același om este mâhnit că nu este înțeles de ceilalți, că nu există niște relații simple, umane, că se destramă rapid unele legături de prietenie, căsnicii etc.

Un om aflat în impas, care dorește sincer să înțeleagă viața și care dorește să-și îndrepte greșelile, de multe ori nici nu-și dă seama în ce măsură și-a subordonat trupește și sufletește partenerul de viață. Ne mai vorbind de sclavia primitivă, el își extenuază consoarta prin întrebări cicălitoare despre orice presupunere a lui, despre orice oftat. Sentimentul propriu de vinovăție îl face să n-o scape din ochi, dar nu e conștient de asta. Nu e conștient nici că, din

Alungă răul din tine

cauza extenuării fizice permanente, spiritul omului se tocește. Înainte de orice, are nevoie de odihnă.

Se obișnuiește să se spună „*lumea a devenit atât de rea*”. Cel care o spune nu înțelege că aceste cuvinte se referă întâi la el.

Depresia este răutatea înăbușită de frică.

Ne purtăm cu alții cu un sentiment de mâhnire și nu înțelegem de ce să fim obligați să comunicăm. Nu observăm că prin bunăvoința noastră de față arătăm celui rătăcit o cale greșită, deoarece spre asta ne împinge o invidie inexplicabilă. Cine se teme mai tare că minciuna va ieși la suprafață, acela va arăta drumul bun, deși tare ar fi ispitit să facă altfel.

Nu înțelegem de ce simțim în partea superioară a spatelui o greutate și o durere și de ce se prind atât de ușor de dumneavoastră bolile infecțioase? Pentru că răutatea înăbușită de frică blochează partea posterioară a chakrei comunicării legată de voință. Deprimarea blochează energia iubirii și dorința de a iubi.

Starea de deprimare duce la gripă.

Succesul într-o treabă depinde foarte mult de știința de a comunica. Lustrul exterior, un zâmbet strălucitor și manierele fine sunt în realitate amăgitoare, dar sunt considerate un semn de intelectualitate. Eliberați-vă de deprimare și veți putea să comunicați substanțial și cu rezultate bune. Nu vă veți mai scălda într-o politețe de față. Manierele fadosite nu vă vor mai irita. Comportamentul dumneavoastră poate să rămână același, dar mintea dumneavoastră,

trează și critică, nu se va mai lăsa îmbrobodită. Căldura dumneavoastră sufletească și mușcătura dură, dibace a conlocutorului dumneavoastră, determinată de setea lui de a câștiga, nu vor mai putea să facă joncțiune. Fiecare este liber să aleagă.

Cine alege iubirea, va avea mai târziu și îndeostulare. Cine alege setea de câștig, va fi lipsit de iubire.

Cel deprimat are un sentiment de deznădejde și încețază să mai creadă în ceva. Sau, în deprimarea lui, începe să se înfurie pe cei lipsiți de speranță. Și într-un caz și în celălalt, urmarea este că, atunci când fac gripă, se plâng cel mai tare de dureri de cap. Îi irită sporovăiala fără rost, devin neliniștiți, dacă nu pot să-și spună și ei părerea.

Cine își *spune* părerea, nu va avea dureri de gât și de laringe. Dar cine își spune părerea *tipând*, va suferi de angină din cauza răutății. Febra care însoțește gripa ajută corpul să-și ardă răutatea provocată de deprimare. Boala însoțită de temperatură este focul purificator al organismului.

Din an în an virușii devin tot mai toxici, acțiunea lor distrugătoare asupra organismului este din ce în ce mai vizibilă, pentru că deprimarea omenirii devine din ce în ce mai deprimantă. Dacă acum zece ani politica îi înfură pe oameni din anumite motive, acum aceste motive au devenit cu totul altele. Dacă acum zece ani, de Crăciun, pregăteam pentru rudele noastre cadouri făcute de noi și simțeam o mare bucurie, acum vrem să le cumpărăm iubirea prin cadouri scumpe, care să epateze, pe care să le cumpărăm din magazine, dar nu avem bani. În concluzie – val de gripă de Crăciun.

Cu cât depresia este mai profundă și mai fără de speranță, cu atât mai grea va fi forma de gripă. Trebuie să în-

Alungă răul din tine

Îtelegem că lumea se va îndrepta numai atunci când noi ne vom ocupa de îndreptarea modului nostru de gândire. Cine se va elibera de deprimare, nu se va teme nici de nevoi, nici de gripă.

Imaginile de coșmar pe care ni le înfățișează spaima că *nimeni nu mă iubește* sunt într-adevăr chemate să ne învețe curajul. Ea nu dorește nicidecum să ne smintească. Dacă nu știm să vedem lumea așa cum trebuie și ne ieșim din minți, vinovați suntem numai noi. În loc să fim curajoși, devenim răi și facem rău corpului nostru, dar nu ne trece prin cap să-i cerem iertare pentru prostia noastră. Știm doar să cerem ca viața să se facă mai bună și nu vedem că noi suntem creatorii ei.

Despre focul purificator

O boală este totdeauna provocată de ceva. Și dacă ne gândim bine, în spatele acestui ceva stă totdeauna cineva. Aceasta este logica gândirii obișnuite. Dar, la un om cu o gândire tradițională boala însoțită de febră vine cu durere, cu eritem, cu frisoane, cu edem și cu secreții.

Durerea este ca un indicator rutier sui-generis; ea vrea să ne direcționeze gândurile în matca lor corectă. Întrucât majoritatea oamenilor au dureri de cap când fac gripă și catar, prin aceasta corpul lor vrea să spună următoarele: „*În capul tău se află mintea și în momentul acesta acolo este concentrată durerea. Caută în tine cauza. În cap sunt așezate gândurile. Prin urmare, tu nu gândești corect din moment ce cauți cauza în afara ta. Durerea, eritemul, febra, edemul și secrețiile sunt semne pentru găsirea cauzei*”.

Luule Viilma

Voi da o serie de corespondențe simbolice:

frunte – judecată,
ochi – claritate,
urechi – importanță,
nas – timiditate
maxilar – mândrie, vanitate

Durerea din aceste locuri indică creșterea critică a trăsăturii de caracter respective. Excesul se transformă totdeauna în răutate. Cu cât ne aflăm mai departe de rațiune, cu atât egoismul devine mai mare.

Dacă omul ține cu *încăpățânare* la ideile lui incorecte, îl vor dura ceafa și vertebrele occipitale. Întrucât găsesc vinovatul în alții, trebuie să-i doară ceafa. *Încăpățânarea* este o trăsătură de caracter foarte periculoasă, pe măsură ce crește, ea se transformă în *cruzime*.

Lanțul de stresuri începe la om de la sentimentul de vinovăție.

Boala începe de la învinovățirea altuia.

Fiecare simptom are importanța lui:

durere – răutatea de a căuta vinovați,
eritem (înroșire) – răutate din găsirea vinovaților,
febră – răutatea de a judeca pe vinovați
edem – răutate din exagerare,
secreții – răutate din suferință

Când vă descifrați în cuvinte, pentru dumneavoastră, fiecare răutate în parte și după ce ați cerut din tot sufletul iertare și v-ați eliberat de ele, veți simți că ați transpirat și vor apare și celelalte secreții. Deosebit de importantă este transpirația, deoarece suprafața pielii este foarte mare și atunci, odată cu transpirația, se scurge și o cantitate enor-

Alungă răul din tine

mă de răutate. Febra va scădea și ea în câteva minute și dumneavoastră vă veți însănătoși cu o viteză uluitoare. Mulțumiți corpului dumneavoastră pentru ajutor și mulțumiți-vă și dumneavoastră pentru că nu ați considerat inutil să lucrați asupra gândurilor.

Să vorbim separat despre cele cinci simptome.

Durerea este semnalul de alarmă care ne înștiințează că nu trebuie să căutăm vina la altcineva. Dacă durerea ar apărea la *acela*, atunci într-adevăr vina ar fi a lui. Durerea vă împiedică să pășiți pe o cale greșită.

Vă doare, de exemplu capul și căutați cauza indispoziției, dar capul vă spune: „*Iată cauza – gândirea ta greșită*”.

Eritemul este semaforul care vă obligă să vă opriți. Dacă, însă, continuați să mergeți înainte cu îndrăzneală, aceasta seamănă cu o victorie care îl poate orbi pe învingător și îl duce la necaz. Victoria te orbește rapid, dacă lupti cu răul împotriva răului. Numai succesul obținut prin bine îți poate aduce adevărata fericire, dar nu va fi numită victorie pentru că sunt fericite ambele părți.

Dacă, de exemplu, ați observat că frigul nu vă face bine, înroșirea pielii vă arată care anume loc a suferit. Înroșirea urechilor arată că omul nu aude bine, înroșirea ochilor arată că omul nu vede bine viața ș.a.m.d.

Febra demonstrează că dacă ați gândit despre un om, chiar fără a-i reproșa, că el ar fi vinovatul necazului dumneavoastră și prin aceasta l-ați condamna fără cruțare, această condamnare ar putea fi mistuită doar de focul temperaturii, dacă organismul vrea să vă ajute. El însă este

totdeauna pregătit să vă ajute, cu condiția să îi dați această posibilitate. O gândire corectă este ca și când ați deschide ușa pentru a primi ajutorul sosit la timp. Focul lasă pustiu în urma lui pentru ca omul să poată să o ia de la capăt și de la capătul cel bun. Cine merge pe calea suferinței trebuie să treacă prin iadul focului purificator și abia atunci se poate prezenta în fața lui Dumnezeu, dacă nu știe să o facă altfel.

Dacă, de exemplu, ați decis că boala dumneavoastră este provocată de frig, vă va crește febra. S-ar putea însă ca la mijloc să fie alt dușman înverșunat.

Edemul arată că exagerați atunci când vă amintiți de situațiile când el v-a provocat durere, ceea ce va face și de acum încolo. Edemul vă avertizează că exagerând, puteți cădea în disperare și nu veți mai vedea partea lui bună.

Dacă, de exemplu, sunteți convins că totdeauna vă îmbolnăviți din cauza frigului și în general considerați că frigul este un lucru rău și că oricum lumea se va îmbolnăvi din cauza lui, în locul unde se află adevărata cauză va apărea un edem. Cine zice „oricum” se va trezi obligatoriu cu un edem.

Secrețiile arată că vă autocompătimiți și vă considerați o victimă, dar nu înțelegeți că dumneavoastră vă supuneți corpul la suferință. Strângeți înlăuntrul tot ce ar trebui să dați afară, până apare boala care să vă salveze de propria prostie.

Dacă, de exemplu, vă curge nasul, aceasta spune că motivul bolii este faptul că vă simțiți jignit. Dacă motivul ar fi frigul, frigului i-ar curge nasul.

Alungă răul din tine

O răutate mai mică atrage după sine o suferință mai mică. Atâta timp cât corpul este capabil să ne ajute printr-o boală însoțită de febră, el o și face. Dacă s-ar acumula o răutate puternică, focul s-ar intensifica, dar s-ar depăși pragul de suportabilitate al corpului uman. Atâta timp cât omul își va păstra sinceritatea copilărească și cinstea față de el însuși și își va recunoaște greșelile proprii, îi va sări în ajutor o boală însoțită de febră. Dar cine persistă în încăpățănare și spune că el are dreptate, va atrage asupra sa o încercare sub forma unei boli grave.

Nu vă purtați cu ură față de o boală! Iubiți-o, ea a venit să vă ajute. Boala este mentorul dumneavoastră. Dacă gândiți corect, puteți boli de gripă câteva ore și puteți chiar să deveniți imun la acest virus.

De ce orice inflamație, chiar și un guturai, durează cel puțin o săptămână, adică șapte zile? Pentru că ea îi dă omului câte o zi pentru a-și analiza greșelile la nivelul fiecărei chakre.

Indiferent unde se află focarul bolii, inflamația este întotdeauna o îmbolnăvire a întregului corp. O inflamație începe de la un organ și se extinde la nivelul întregului corp, iar alta începe la nivelul corpului și apoi se concentrează într-un organ. În acest caz, doctorii spun că a apărut o complicație. De exemplu, gripa a dat complicații la rinichi sau la creier. În realitate, în primul caz, omul nu a știut, chiar în cursul bolii, să se elibereze de starea de deprimare provocată de spaime, iar în al doilea caz – nu a știut să se elibereze de starea de deprimare provocată de planurile eșuate. În ambele cazuri, boala îi mai acordă timp să înțeleagă că ea nu este un rău și că omul se îmbolnăvește pentru că nu știe să gândească.

Există momente când ne pierdem orice interes și am vrea să ne vârâm undeva unde să fim singuri cu noi înșine. În spatele acestei situații se ascunde necesitatea de a începe să cugetăm. În acest caz, o boală însoțită de febră ne-ar putea într-un fel justifica în fața oamenilor. Ea este un ajutor. Altă dată, acumularea de stresuri se transformă într-o avalanșă și omul nu găsește o cale de ieșire. Atunci febra, prin focul ei purificator, îl ajută să-și pregătească terenul pentru a lua startul. Îi dă posibilitatea să ia totul de la capăt și noul început să fie corect.

Ar fi mai corect:

– nu **să curățăm**, ci **să ne curățăm**, adică

– nu **să schimbăm**, ci **să ne schimbăm**.

Indiferent de obiect, schimbarea este totdeauna o situație forțată, impusă, în timp ce schimbarea de sine este libertate.

Vin la mine la cabinet oameni care îmi povestesc că soțul sau soția au ascultat de învățăturile mele și acum se poate trăi mai ușor cu ei. „*Ce ar mai fi trebuit să fac?*” – mă întreabă unii. „*Acum trebuie să vă schimbați și dumneavoastră. Ce s-a schimbat la el este făcut de el însuși, nu considerați că este meritul dumneavoastră. Numai în acest fel puteți să conați pe un rezultat stabil*” – le răspund eu, aruncând cu apă rece peste focul lor emoțional. În caz contrar, tot ce a fost până acum s-ar putea întoarce, dar deja la un nivel mult, mult mai rău.

Starea de obligativitate este un stres pe care nu-l considerăm ca atare. Avem nevoie de libertate, dar în același timp, obligându-ne, ne transformăm în proprii noștri robi. Ne obligăm să ne sculăm dimineața, să mergem la serviciu, să ne întoarcem acasă. Ne obligăm să ne culcăm

Alungă răul din tine

pentru ca dimineața să ne obligăm din nou să ne sculăm. Ne obligăm pe noi înșine, îi obligăm și pe alții. *N-aș vrea, dar ce să-i faci, trebuie, nu se poate altfel, așa se obișnuiește, nu se poate altfel, n-ai ce face etc.* Există o mulțime de justificări. Pe scurt, ne obligăm să trăim. Obligăm și pe alții să trăiască după regimul nostru. Dar noi am apărut pe lume după liberul arbitru al spiritului nostru.

Dacă ar fi să privim viața un pic mai vesel, am putea spune că starea de obligativitate este un fel de prizonier al nostru, care a venit să ne învețe cum să evadăm din captivitate. Cereți-i iertare pentru neștiința dumneavoastră. Cereți iertare corpului pentru că, în loc să trăiți și să munciți ca un om liber, singuri v-ați obligat să trăiți o viață ternă, lipsită de bucurii, ca niște robi.

Eliberați-vă de starea de obligativitate și munca dumneavoastră cotidiană va deveni mai ușoară și plină de bucurie. Va dispărea oboseala, starea de îndobitocire, senzația de nonsens și lipsa de speranță. Lumea va deveni minunată, iar munca și mai eficientă. Și atunci veți înțelege câtă energie ați cheltuit în zadar pentru a vă obliga, la câte chinuri v-ați supus, în loc să fiți fericiți.

După ce vă veți elibera de starea de obligativitate, urmăriți-vă gândurile pe parcursul unei zile. Cum vă veți prinde că iar ați început să vă obligați, îndreptați-vă imediat această scăpare. Efectul îl veți simți chiar la sfârșitul primei zile. Nu veți mai fi adus de spate, spinarea se va îndrepta ușor. Fostul sentiment de vinovăție se va micșora și inima vă va permite să respirați mai liber. Greutatea în picioare va fi mai mică, pentru că nu vă vor mai apăsa problemele gospodărești. Veți avea spor la treabă. Seara deja nu vă veți mai obliga să mergeți la culcare pentru ca dimineața să o luați de la capăt și vă veți duce cu bucurie să vă

extrageți forțele din somn pentru a saluta minunata zi ce urmează.

Starea de obligativitate își are sediul în coloana vertebrală, la nivelul coastelor inferioare. Când veți începe să vă eliberați, veți avea cele mai diferite senzații de durere, senzații de rupere a ceva, un sentiment de eliberare care vă face să trageți adânc aer în piept. În această lume, coloana dumneavoastră va deveni elastică. Dacă însă negați prezența acestui stres, blocajul se va intensifica, o treabă care până atunci vi se părea plăcută va deveni grea și nesuferită și veți ajunge până acolo, încât veți simți că nu aveți chef de nimic. „*N-am chef*” este un stres foarte serios, el blochează partea volitivă a chakrei. Starea de obligativitate închide partea volitivă a plexului solar și asta înseamnă că omul nu mai dorește să se autocontroleze și începe să ceară acest lucru de la alții, adică începe să se poarte samavolnic. Dacă nu dorește să se poarte samavolnic și cu alții, o va face cu sine sau va pieri. Starea de obligativitate neeliberată îl transformă pe om într-o mașină oarbă.

Într-o dimineață stăteam la geam, mă întindeam, salutam noua zi, îmi salutam corpul și am văzut pe cerul de iarnă un soare mare – care pentru mine este simbolul libertății. În aceeași clipă soarele, libertatea și cu mine ne-am unit într-un tot și m-am simțit fericită. Nu mă gândeam la nimic, dar în imaginație mi-a apărut un tablou simbolic cu oamenii care s-au trezit odată cu mine. Toți priveau undeva în jos. Unul își trecea în revistă planurile pentru ziua respectivă, altul privea dezordinea din casă, altul căuta ceva, altul croia un plan de răzbunare, altul pune la cale o infracțiune, altul suferea și se tânguia, altul... Erau mulți. Pentru ei soarele era un corp de iluminat care să le permită să facă ceea ce îi obliga viața, mai bine zis, se obligau ei

Alungă răul din tine

înșiși. Niciunul nu se simțea liber, deși ne este tuturor la îndemână. Tristă priveliște.

Când țin o conferință aud deseori din auditoriu următoarea replică: „*În ultimii cincizeci de ani am trăit în întuneric!*” Nu, dragii mei. Soarele strălucea și atunci. Socialismul nu este mai rău decât capitalismul, numai că partea lui rea se vede mai bine, de aceea l-am botezat ca fiind rău. Încetul cu încetul începem să descoperim binele lui nevăzut. Omenirea a avut nevoie de această lecție. Cine îl consideră rău, va trăi rău. Cine vrea să compare realizările epocii socialiste cu un stat, acela vrea să desființeze istoria și așa ceva nu este posibil.

Istoria este înscrisă pe vecie în băncile cosmice de date, acolo este fixat tot ce există în noi, chiar și gândurile. Toate greșelile noastre și corectarea lor sunt o dovadă a modului nostru înnoit de a gândi. Putem să dărâmăm un monument, dar dacă el ar rămâne pe loc și în fiecare zi ne-ar spune nouă, celor care trecem pe lângă el: „*Dragă omule, nu ai înțeles până acum ce am încercat să te învăț*”, atunci, poate, am înțelege. Dar l-am dărâmat până la temelie. El este ca o negație care se coace imperceptibil, își adună forțele în întuneric și apoi dă lovitura mortală. Răutatea ascunsă este răutatea cea mai dureroasă. Nimeni dintre noi nu este pregătit pentru întâmplări ieșite din comun, oricât de viteji ne-am considera. Specificul unui fapt surprinzător este imprevizibilitatea lui. Răutatea ascunsă acționează asupra lor ca un magnet.

Dorința de perfecțiune

Sub presiunea nimicitoare a stihiei valurilor, marea omenească ajunge să înțeleagă, prin chinuri și suferință, cât de necesară este liniștea sufletească. Cu cât furtuna este mai puternică, cu atât încercările sunt mai mari și omul are tendința să se afunde cât mai adânc.

Înțelepciunea vine treptat datorită dezvoltării simultane a emoțiilor și a sentimentelor.

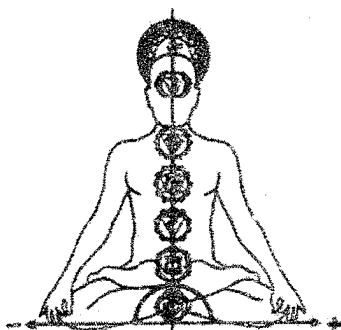
Omul emoțiilor învață ca un copil, prin durere fizică. S-a lovit la un picior, a și căpătat experiență, ceea ce i-a adus mai multă minte. A învățat să-și ridice piciorușele, dar s-a dezechilibrat și s-a prăbușit la pământ. Nu-i nimic, o să învețe și asta și n-o să-și mai facă cucuie în frunte. Așa se învață – prin suferință. O numim experiență.

Din păcate, la **omul sentimentelor** înțelepciunea se dezvoltă la nivelul fizic și asta va continua până când el va deveni conștient de sine ca personalitate.

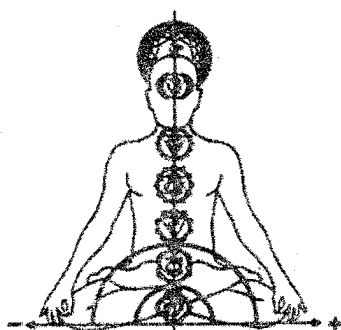
Urmăriți desenele date în continuare și veți vedea că ambele tipuri umane au neajunsuri. Nici unul, nici celălalt nu știe să se înțeleagă pe el însuși și pe ceilalți, știe doar să acționeze. Capacitatea de a judeca se dezvoltă în ultimul rând. Dar așa învățăm.

Omul are șapte chakre. Durata medie de viață este de 70 de ani. În medie, unui om îi trebuie 10 ani pentru a învăța să raționeze, conform nivelului fiecărei chakre.

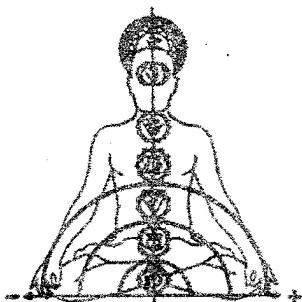
Alungă răul din tine



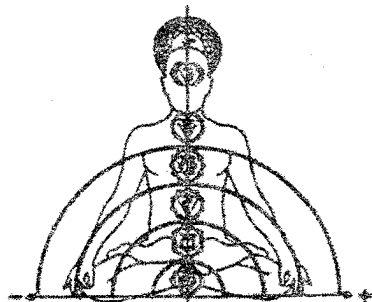
În primii 10 ani de viață omul află și își testează posibilitățile forței fizice vitale



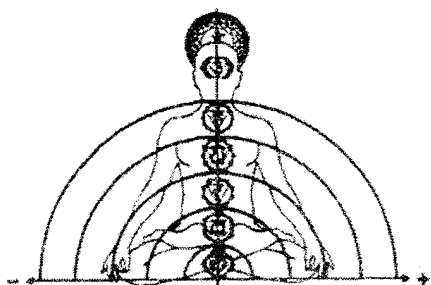
Între 10 și 20 ani omul descoperă partea sexuală a vieții și începe să o cunoască în teorie și în practică.



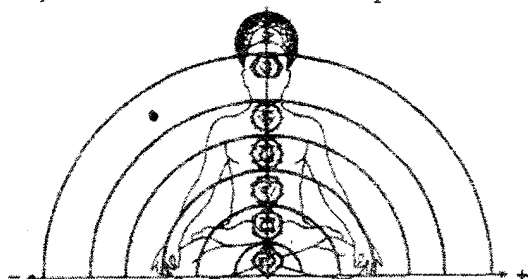
Între 20 și 30 ani omul cunoaște și pune în practică capacitățile care se referă la modul de a domina.



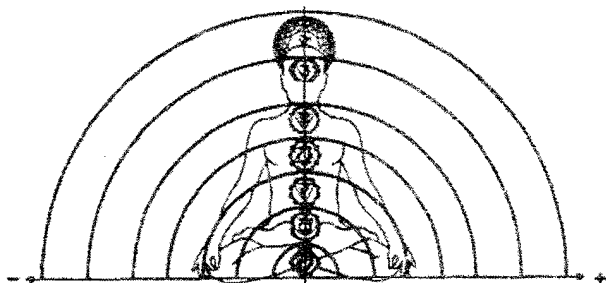
Între 30 și 40 ani are loc înțelegerea iubirii



Între 40 și 50 de ani se formează raporturile cu lumea



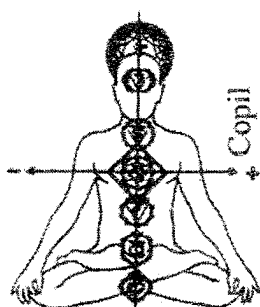
Între 50 și 60 de ani din experiența de viață acumulată se formează înțelepciunea vieții. Omul trage concluzii din faptele sale corecte și din cele incorecte



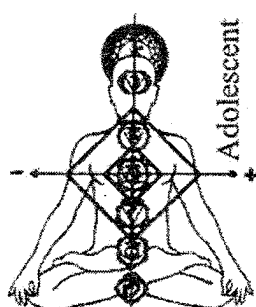
Între 60 și 70 de ani omul se deschide pentru credință și devine conștient de necesitatea ei. Este timpul pentru căință și îndreptarea greșelilor

Alungă răul din tine

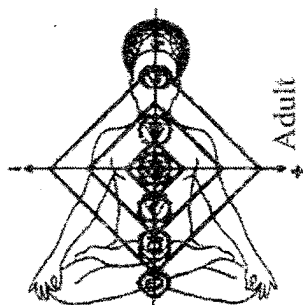
Cea mai importantă necesitate a sentimentelor umane este iubirea.



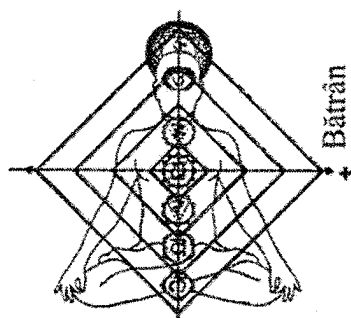
Dacă are sentimentul de iubire este capabil să o radieze și spre alții.



După ce a simțit forța iubirii, omul începe să comunice și să-și manifeste puterea



Își făurește speranțe și se ocupă de sex.



În fine, începe să creadă în bine și ține cont de acest lucru atunci când își folosește forțele.

La fiecare om, atât emoțiile cât și sentimentele sunt transmise de la mamă și de la tată.

Vorbitul este exprimarea emoțiilor.

Tăcerea este exprimarea sentimentelor.

Într-un întreg unitar – în familie – între aceste două fațete trebuie să existe un echilibru total.

Până când omul va învăța să citească gândurile, mijlocul de comunicare trebuie să rămână cuvântul. Nuanțele sentimentelor sunt transmise prin ton.

Omul emoțiilor folosește cuvântul, crede în el și își permite să se amăgească prin cuvinte.

Omul sentimentelor amuțește, procedează conform simțământului său și nu-și permite să se amăgească prin cuvinte.

Dacă soția pretinde ca soțul ei să fie vorbăreț și pretenția ei se împlinește, familia se va destrăma. Însurarea a două mărimi similare duce la rezultatul opus.

Dacă soțul pretinde ca soția să înceteze cu vorbăria și obține ce a dorit, efectul va fi înșelător. O femeie slabă își va ascunde răutatea, iar tensiunea interioară va dăuna familiei. Într-o astfel de familie va avea loc o desconsiderare reciprocă.

Când rolurile se schimbă, adică soția este puțin vorbăreață, iar soțul vorbăreț, legile naturii se vor întoarce cu capul în jos și în condițiile actuale de dezvoltare va trebui să sufere cel care tace. Dacă el va învăța să gândească corect, suferințele vor înceta – va avea parte de înțelegere. Și se va schimba și jumătatea lui.

În orice caz, un om prea vorbăreț suferă de frica - *nu sunt înțeles cum trebuie sau nu sunt înțeles deloc.*

Alungă răul din tine

Aceasta este frica *nimeni nu mă iubește, pentru că nu mă apreciază așa cum trebuie*. În vorbăria lui omul tot încearcă să explice ceva, să demonstreze, să se justifice, fără să-și dea seama că pentru un ascultător inteligent discursurile lui sunt plicticoase și penibile.

Dacă se căsătoresc două tipuri opuse de oameni – unul foarte vorbăreț și unul foarte tăcut, vor avea posibilitatea să realizeze multe lucruri în viață. Cu singura condiție - să se înțeleagă unul pe celălalt și atunci se va păstra și iubirea. Dacă însă amândoi doresc să comande, se vor despărți foarte repede. *„Eram atât de diferiți că ne certam din orice. Totdeauna aveam puncte de vedere diametral opuse”* – acesta este argumentul lor. Astfel de oameni se privează de multe valori spirituale.

Soții cu caracter asemănător, care știu și să vorbească și să tacă și care se susțin reciproc, sunt ca niște vâslași pe marea calmă a vieții, capabili să străbată mari distanțe. Principalul e să nu se îmbete cu liniștea. O viață prea liniștită este monotonă, nu te învață mare lucru și oamenii încep să caute senzații tari. Suntem doar niște bieți oameni! Și astfel dintr-un calm prea mare se iscă furtuna. *„Ne-am înțeles totdeauna foarte bine și nu ne-am certat niciodată. Nu înțeleg de ce m-a părăsit. Nici măcar nu știu să mă supăr. Știu că n-o să-i fie bine cu alta, dar nu-l mai primesc înapoi”*. Cam așa sună o plângere tradițională. Și o astfel de persoană s-a considerat iubitoare. Prin urmare, emoțiile sunt și ele necesare. Ele duc la certuri care curăță atmosfera, precum o furtună. Dar furtunile prea dese îl extenuază pe om.

Cine știe să se certe, știe să și iubească. Când te cerți nu trebuie să-ți jignești sau să-ți umilești partenerul. Cine nu știe acest lucru, seamănă discordie și până la bătaie nu

mai e mult. Deosebirea constă în știința sau neștiința de a-ți administra răutatea. Cine își va elibera răutatea nu va duce niciodată o ceartă până la discordie. Cine nu știe să ierte, va amplifica discordia și ea va fi greu de oprit.

Astfel, în orice om există un bine și un rău, dar dacă omul visează numai la un bine peste măsură de mare, mai devreme sau mai târziu, peste el va veni răul. Nu este posibil ca binele și răul să se topească unul într-altul precum mâncarea într-o cratiță. Ele trebuie să rămână fiecare în felul său, mâncarea – mâncare și cratița – cratiță, dar să se completeze reciproc.

Echilibrul realizat printr-o gândire corectă face lumea sentimentelor mai bogată. Astfel de oameni vor ști să aprecieze corect și binele și răul, mai trăgând cu ochiul și la experiența altora. Ei nu vor fugi de greutăți, deoarece pentru dezvoltarea universului de sentimente le este necesară viața în toată varietatea ei. Vor căuta chiar ei greutăți pentru a-și testa gradul de suportabilitate. Viața lor de familie va fi indiferent cum, dar nu va fi plictisitoare. Își vor da libertate unul celuilalt, libertate ce îi va uni într-un tot solid pentru multă vreme. Această pricepere este caracteristică pentru oamenii puternici, opusul ei fiind iubirea liberă de astăzi.

Oameni atât de perfecți sunt foarte puțini. Partea bună a răului actual este faptul că, inevitabil, crește numărul celor care nu dau adevărata înțelepciune pe înțelepciunea pământească și pe bunuri materiale. Ei știu să atragă bogății de toate felurile.

Dacă o femeie își va iubi în primul rând soțul, ea se va obișnui să privească lumea cu ochii lui. Capacitatea femeilor de a vedea lucrurile mărunte se va îmbogăți cu capaci-

Alungă răul din tine

tatea bărbaților de a vedea lucrurile global. Și o astfel de femeie va ști să vadă lumea în integralitatea ei.

Dacă bărbatul are forța de a-și iubi soția, el se va obișnui să vadă lumea și prin ochii ei. Vederea lui globală se va îmbogăți cu capacitatea feminină de a vedea lucrurile mărunte. Un astfel de bărbat va ști să vadă lumea în integralitatea ei.

Femeia vede lumea la suprafață și larg, bărbatul – în profunzime și îngust. Femeia este încetineala, bărbatul este viteza. Femeia este flexibilitate, bărbatul – inflexibilitate. Femeia învață din greșelile altora, bărbatul – dintr-ale sale. Uniți prin iubire, ei vor forma perfecțiunea.

Dar, în același timp, femeii i-a fost repartizat un rol feminin, bărbatului – unul masculin. Trăsăturile de caracter feminine și masculine pot să se amplifice sau să se diminueze în cadrul aceluiași rol, dar dacă soții își schimbă rolurile, curând ar putea să apară bolile. Bărbatul ar putea, de exemplu, să-și intensifice inflexibilitatea și să devină încăpățânat și aceasta să se numească fermitate. Încăpățânarea femeii ar putea să o transforme rapid în capricioasă și cicălitoare, deoarece prin natura ei a fost înzestrată cu flexibilitate. Fermitatea masculină, atingând punctul critic, ar putea să se transforme în cruzime. Flexibilitatea feminină poate să se transforme în servilism. Mult mai periculoasă este situația când bărbatul devine flexibil și intră sub papuc sau devine capricios, cicălitor și invidios, începe să teasă intrigi și încearcă să-i umilească pe ceilalți apelând la tertipuri feminine.

Bărbatul este creat să fie stăpân. Stăpânul este un model, de măreția spiritului său depinzând autoritatea lui. Stăpânul care are sentimentul propriei demnități, nu se va

purta arbitrar. Dar dacă femeia va dori să pună mâna pe putere, se va alege curând la samavolnicie.

Soția și soțul care se iubesc merg pe drumul vieții păstrându-și flexibilitatea și echilibrul. Dacă viața impune să se depună un mare efort bărbătesc, femeia va sta alături de bărbat, ca egală a sa, și va face cu bucurie o treabă de bărbat, rămânând totuși femeie. Și dacă bărbatul nu are de făcut treburile speciale bărbătești și femeia este sufocată de treburile ei, soțul îi va sta alături și va face față unor treburi foarte ne bărbătești. Asta nu-l umilește, pentru că își ajută omul iubit. Ajutorul trebuie oferit numai atunci când este nevoie de el; dacă este oferit înainte de vreme el va provoca nemulțumire.

Dacă unul din soți poate să spună: „*Ce bine că are aceste defecte. Dacă nu le-ar fi avut eu ce aș fi făcut cu excesele mele*”, celălalt va avea aceeași opinie. Cei doi formează o familie solidă.

Singurătatea ca una din formele de existență a omenirii

Omenirea visează la perfecțiune, dar nu știe să o atingă în mod corect.

Viața este astfel făcută încât unul țâșnește înainte, altul rămâne în urmă, dar vrea să-l ajungă pe celălalt. Călătorul cuminte știe că oricum va ajunge în față, pentru că, omeneste, cel din avangardă se va culca pe lauri.

Se grăbesc să o ia înainte oamenii singuri.

Alungă răul din tine

Necăsătoriții, divorțatii sau văduvii se vor grăbi să atingă perfecțiunea fără a învăța în prealabil lecțiile vieții materiale.

Fiecare dintre noi tânjește inexplicabil după singurătate, dar dacă ne uităm la cei singuri, foarte puțini dintre ei sunt fericiți cu singurătatea lor. Chiar și cel care își dorea foarte tare să se elibereze de jugul căsniciei și visa la singurătate, după ce a obținut-o, nu mai știe ce să facă cu libertatea cucerită. În realitate, acești oameni doreau să aibă o familie și să continue să învețe lecția pământească. Doar să-și fi găsit un bun tovarăș de drum.

De ce dorim singurătatea și de ce ne temem de ea?

O dorim, deoarece pentru omul sentimentelor ea constituie idealul de perfecțiune. Toți avem dorința de a spori binele.

Ne temem pentru că încă nu ne-am eliberat de frica – *nimeni nu mă iubește* și pentru că nu avem capacitatea să înțelegem valoarea intrinsecă, profundă a singurătății. Noi apreciem doar partea aparentă.

În fiecare femeie există și un bărbat și în fiecare bărbat există și o femeie. Cine știe să-și echilibreze eu-l interiorul cu cel exterior, va atinge nivelul actual al perfecțiunii umane. Pentru aceasta este necesar ca omul să învețe să-și înțeleagă părinții. Premisa o constituie iertarea. Nu e important cum o veți face, după metodologia mea sau după oricare alta. Dacă credeți că vi se potrivește mai mult o meditație de câteva ore, și dacă ea vă va ajuta să deveniți conștienți de greșelile dumneavoastră și să le îndreptați – totul este în ordine. Dacă veți reuși să vă schimbați modul de gândire prin perfecționarea corpului, și asta este minunat. Dacă veți începe să pricepeți viața printr-o dietă vegetariană și plante tămăduitoare, este foarte bine. Numai nu

uitați că energia gândurilor este energia primară și cea mai puternică, deși ea nu poate fi văzută și nu poate fi atinsă cu mâna.

Trebuie să înțelegem că, prin natura noastră interioară, noi reprezentăm sexul opus pe care încercăm să-l înăbușim în noi cu forța. Aceasta este problema părinților fiecăruia dintre noi și a întregii omeniri.

Pe lumea aceasta sunt puțini giganți autentici ai spiritului ce călătoresc singuri și nu dau nici un semn că s-ar plânge. Sănătatea lor este în ordine. Merg pe drumul lor, folosind orice posibilitate pentru a-și spori înțelepciunea, ca apoi să-și folosească cunoștințele pentru binele vieții. Nu-și trâmbițează faptele și sunt considerați niște ciudați. Doar spiritul nostru este capabil să înțeleagă faptele unui astfel de om și să-l considere o personalitate. Deocamdată nu am învățat însă să ne cunoaștem spiritul. Cine se va elibera de stresuri, va învăța și va deveni un astfel de călător, și toate chinurile lui fizice și sufletești vor dispărea.

Astăzi, se obișnuiește să se vorbească despre misiunea omului. Dacă ați apărut în viața aceasta ca să învățați de unul singur să vă perfecționați – aceasta și este misiunea dumneavoastră. Nu e nevoie să trăim cum vor alții. Trebuie să facem bine pentru noi și prin aceasta pentru ceilalți. V-ați propus un astfel de scop? Dacă nu, lepădați-vă de stresuri pentru ca sexul opus să se poată uni cu dumneavoastră și să formați perfecțiunea. În felul acesta vă veți face dumneavoastră înșivă bine și veți face bine și celuilalt.

Etaloanele de singurătate sunt sihaștrii și sfinții. Ne-am obișnuit să ni-i imaginăm ca pe niște singuratici ce meditează într-o peșteră din munți. Este infinit mai greu să auzi liniștea când te afli în mijlocul unei mulțimi zgomo-

Alungă răul din tine

toase. Este posibil, dar este capabil de așa ceva numai cel care s-a eliberat de stresurile provocate de emoții.

Pe un astfel de om eu îl consider maturizat spiritual și puternic. În orice societate, el se comportă la fel, rămânând în același timp o ființă singuratică. Esența determină faptele.

Printre singuratici se întâlnesc tineri serioși, care au înțelepciunea vieții, dar nu sunt conștienți de esența lor și sunt triști pentru că nu pot să-și găsească un partener egal de sex opus. În general sunt bărbați, dar sunt și femei. Ei nu înțeleg că le este proprie exigența față de sine și față de ceilalți, că ei sunt minunații oameni ai viitorului, dar își diminuează valoarea prin stresuri. Eliberați-vă de antipatia față de cuvintele goale și de micimea omenească, de spaima de a fi singur, de sentimentul de inutilitate, de îndoieli, de neîncredere, de neîncredere în sine, de sațietate față de viață, de deziluziile provocate de oameni, de dorința de a părăsi lumea aceasta, de nepriceperea de a găsi un om apropiat ca spirit, de lipsa spiritului de întreprinzător, de negație etc.

Și acum imaginați-vă o tânără necăsătorită care se întreabă: „*Și la urma urmei, de ce ne trebuie acești bărbați?*” Ea rostește de fapt înțelepciunea de viață a mamei ei, pe care ea i-a insuflat-o fără să-și dea seama. *Mama ei era atât de deșteaptă încât a avut destul de suferit din cauza inteligenței ei.*

Reprezentările dogmatice ale mamei sunt lipsite de cele mai importante înțelepciuni de viață:

– o femeie are nevoie de un bărbat pentru a rămâne femeie;

– un bărbat are nevoie de o femeie pentru ca el să rămână bărbat;

– înțelepciunea unui om decepționat nu va întrece niciodată înțelepciunea naturii.

Este dureros să ți se spună adevărul. Spaima de a vedea și a auzi adevărul îi face pe oameni să nu spună adevărul. Îi face să se mintă chiar pe ei înșiși în așa fel încât nici nu observă cât de nesinceri și de teatrali sunt, mai simplu spus – mincinoși. Animalele și oamenii „naturali” văd bine adevărul, așa-numiții oameni civilizați îl văd foarte rău.

Ce sfat i-ați da unei femei de vârstă medie, necăsătorită, care știe tot, a citit tot, care demult a fost operată de pietre la vezica biliară, a cărei față este plină de pete roșietice de la o eczemă apărută în copilărie și nelecuită nici acum, dar care este ferm convinsă că nu are în ea nici o răutate, că nu are nici spaima că *nimeni nu mă iubește* și că în general este un om nemaîntâlnit de bun? Eu știu ce medicament să-i prescriu. Ea nu a ajuns încă la un nivel spiritual, deși dorește foarte mult. Trebuie doar să înceapă prin a-și recunoaște greșelile.

Sentimentul de singurătate, capabil să provoace boli, este privilegiul societății de binefacere. Haideți să ne gândim ce e bine și ce e rău. Să recunoaștem că prețuim în viață doar ce se vede. Un om care cu adevărat iubește pe celălalt, nu va fi niciodată singur. Omul care iubește bogăția, este condamnat la singurătate pentru că bogăția nu are un suflet iubitor.

Reprezentările, modul dumneavoastră de a privi viața v-au adus la boală sau, la început, la neputință și asta înseamnă că nu gândiți corect. Recunoașteți acest lucru și revizuiți-vă părerile. Învățați să dăruiți celorlalți iubirea și să vă simțiți bucuroși și atunci veți fi fericiți. Este ușor să negi și să te pui de-a curmezișul vieții, ulterior însă va fi mult mai greu să-ți lecuiești rănilor sufletești.

Puneți-vă întrebarea: „*Ce aş vrea să fiu?*” Dacă ați decis că vreți să fiți om, atunci trebuie să faceți alegerea între năzuințele naturale, omenești și năzuințele nenaturale, fantastice. Însușiți-vă acest adevăr - că libertatea este inevitabilul conștientizat. Omul nu poate schimba legile vieții și mersul ei, el trebuie să trăiască în conformitate cu ele.

Aflați că, în realitate, omul este o ființă singură și acesta este un fapt incontestabil al vieții. În viața de zi cu zi, unii vor să fie singuri, alții se tem de singurătate, alții o urăsc. Modul cum te raportezi la acest lucru îți determină percepția față de viață. Eliberați-vă de atitudinea dumneavoastră negativă și vă va fi bine. Dacă vă place viața și vă plac oamenii, singurătatea corpului fizic nu are importanță, el nu-și simte singurătatea pentru că împreună cu el este iubirea, care nu face decât să crească și să se transmită și celorlalți.

Ați întâlnit cu siguranță oameni, tineri și bătrâni, care se plâng în permanență că sunt plictisiți, că nimeni nu organizează ceva, că nu sunt invitați, că nu sunt distrați, că nu primesc vizite, că nu au cu cine să vorbească, că celorlalți nu le pasă, că nimeni nu-și amintește de existența lor pe lume. Nemulțumirea lor nu poate fi satisfăcută nici de cel mai bun sistem social de asigurare care există în lumea aceasta. Spaima egoistă că *pe mine nimeni nu mă iubește* le-a blocat rațiunea. Răutatea provenită din insatisfacție înfrânge toate simțurile omenești - văzul, auzul, mirosul, gustul, pipăitul, memoria și judecata. Toți acești oameni au un defect comun - nu vor să dea, ci vor să primească.

Vi s-a întâmplat, probabil, să întâlniți și oameni ciudați care nu se plictisesc niciodată și care în singurătatea lor se ocupă cu mare bucurie de cine știe ce lucru neobișnuit. Și câtă determinare au oamenii aceștia! Se vorbea de

curând la radio despre o bătrânică ce urma să împlinească 100 de ani și care își dorea să primească cadou o carte cu istoria Spaniei. Bătrânica aceasta e făcută să trăiască veșnic. Ochii ei nu și-au pierdut vederea de la lacrimile vărsate fără noimă. Stă singurică în camera ei și citește despre țara visurilor ei. Ea va învăța ceva nou atâta timp cât îi va mai da Dumnezeu și Dumnezeu i-a dat destul, dar a și meritat. Dacă cineva vrea să audă din gura ei ceva despre înțelepciunea vieții, ea va pune cartea de o parte, își va netezi fusta ca o domnișoară sânguincioasă și va începe să povestească ce a învățat-o pe ea viața, în bine. Doar un prost se va plictisi ascultând-o.

Viața ca un curent alternativ

Viața reprezintă o mișcare ondulatorie în spirală. Spira spiralei reprezintă perioada de timp destinată omului, care începe și se termină în același loc, cu deosebirea că totdeauna sfârșitul se află mai sus decât începutul. Aceasta înseamnă că, indiferent de mersul vieții, spiritul uman devine cu fiecare viață mai înțelept. Succedarea continuă a binelui și a răului dă vieții o mișcare ondulatorie sub forma unei sinusoide pe această spirală.

În integralitatea lui omul e format din corpul spiritual și corpul fizic.

În plan cosmic omului îi este propriu numărul 7. În corp avem șapte chakre. Trăim și îmbătrânim. Ziua de ieri nu va semăna niciodată cu ziua de azi, pentru că viața se schimbă. Indiferent de sex, căderile și urcușurile sinusoidale vieții noastre se succed la fiecare șapte ani.

Alungă răul din tine

Femeia și bărbatul sunt părți opuse ce formează un întreg unitar, de aceea, la aceeași vârstă, copiii – băieții și fetele, tinerii – băieți și fete, adulții – bărbați și femei, au interese diferite și au particularitățile lor de dezvoltare.

Priviți schema și veți vedea că o fetiță de 3,5 ani este foarte deschisă spiritual și este considerată mai inteligentă decât băieții, în schimb nu este prea interesată de dezvoltarea ei fizică. Un băiețel de aceeași vârstă este însă activ și neastâmpărat și dorește să se afirme prin forță. Nu găsește rostul poeziilor.

La șapte ani apare prima egalizare, apare interesul atât pentru partea spirituală cât și pentru cea materială a vieții. De aceea, aceasta este vârsta cea mai potrivită pentru a merge la școală.

La zece ani și jumătate fetița începe să manifeste interes pentru corpul său și înfrumusețarea lui, băiatul în schimb nu le acordă atenție. În lumea lui sunt multe alte lucruri mai interesante. Va merge cu mult mai multă plăcere, de exemplu, la bibliotecă.

La 14 ani băiatul și fetița au aproximativ aceleași interese.

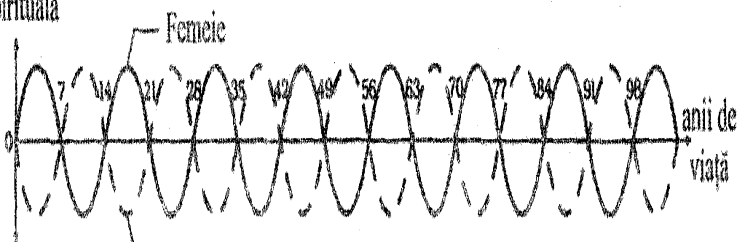
La 17,5 ani fata își descoperă dorința de a cunoaște înțelepciunea vieții, în timp ce băiatul este interesat de tehnică și de sport.

De la 21 de ani, tinerii normali, de comun acord, se pot și căsători. Femeia intră într-o perioadă când începe să cunoască problemele materiale, naște copii, se ocupă de educația lor și cere soțului să facă același lucru, dar bărbatul de 21-28 ani este preocupat de dezvoltarea lui spirituală. În familie încep, inevitabil, să apară disensiuni.

La 28 ani începe vârsta reevaluării echilibrate a valorilor vieții, începe o etapă de cotitură. Acum bărbatul cu cap

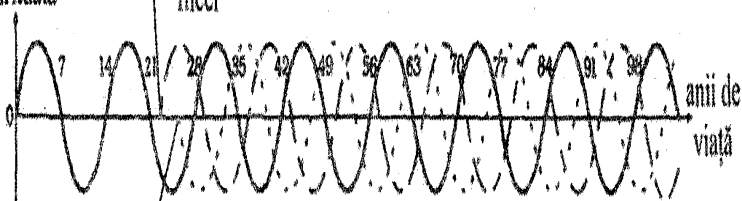
Luule Viilma

se duce la muncă, are satisfacții datorită capacităților și posibilităților sale. El muncește și nu o poate înțelege pe soția sa care este atrasă de autoperfecționare spirituală, vrea să se cultive, vrea ceva ușor și emoțional. Iarăși contradicții!

Dezvoltare
spiritualăDezvoltare
fizică

Femeie

Bărbat

anii de
viață*Alungă răul din tine*Dezvoltare
spiritualăDezvoltare
fizicăNașterea
fiiceiNașterea
fiuluianii de
viață

La 35 ani încep să-și pună întrebări serioase în legătură cu viața și se înțeleg bine.

După aceea, la femeie apare necesitatea de a-și organiza, în sfârșit, partea materială a vieții. Începe să se grăbească. Are o mare capacitate de muncă. La această vârstă bărbatul simte că are ultima ocazie să învețe.

La 42 de ani vine liniștirea. Omul își ia un răgaz înainte de sosirea bătrâneții și meditează asupra vieții.

După 42 ani femeia tinde din nou spre valorile spirituale, de data aceasta de pe poziția unei personalități mature, exigente. Bărbatul de 42-49 ani vrea să-și termine toate treburile înainte de a-l lăsa puterile. Ambii doresc să ia maximum de la viață, numai că fiecare are necesitățile lui. Dacă vor fi capabili să se înțeleagă între ei, vor realiza mult.

Femeile de 42-49 ani trebuie să știe că corpul lor fizic a intrat într-o perioadă de mari transformări și de aceea capacitatea ei de muncă intră în partea descendentă. Este vârsta, este timpul pentru autorealizare spirituală, pentru perfecționarea sufletului. Dacă sufletul este liniștit și munca îi va merge din plin. La această vârstă bărbații muncesc într-una.

După 49 de ani re apare vârsta copilăriei, dar deja la un nivel mai înalt și cu o amplitudine exact inversă. Bărbații trec prin această perioadă mult mai liniștit, dar femeile își pierd cumpătul. Este vârsta care le înspăimântă. Pentru cine nu și-a pus niciodată întrebări asupra vieții, începe perioada de cădere – cel mai jos din toată viața, căderea nivelului spiritual, a memoriei, a judecății. La această vârstă omul se îmbolnăvește grav și numai dintr-o singură spaimă – spaima de bătrânețe.

Femeia care nu este îngrozită de bătrânețe simte că i-a revenit mintea clară de copil. I se trezește interesul față de lucruri pe care până atunci nu le realizase. Cea care a ajuns la filosofia vieții, nu se mai gândește la moarte, nu va atrage boli din cauza fricii de moarte, nu va mai simți o stare de apăsare în timp ce muncește. Capacitatea ei de muncă va crește atât de mult, încât îi va da clase oricărei fete tinere. Dacă femeile ar înțelege că stresurile le sustrag forțele și le doboară la pământ și dacă le-ar da liber, ar căpăta sănătate.

Bărbații, dimpotrivă, se simt bine la această vârstă. Creșterea spiritualității și priceperea de a-și analiza viața trăită până atunci îi ajută să înțeleagă că munca și bunăstarea nu sunt nici pe de parte lucrul cel mai important din viață. Urmează să-și satisfacă necesitățile spirituale pe care nu și le putuseră permite și atunci nu vor veni nici bolile.

La apusul vieții omul este capabil să mediteze la ziua care a trecut și să-și îndrepte greșelile în sufletul său. Pentru cine știe și pentru cine poate, seara vieții va trece calm și cu bucurie, la fel cum trecea pe vremuri seara de duminică, atunci când oamenii se schimbau spiritual. Astăzi, pentru majoritatea oamenilor, ea seamănă cu seara de sâmbătă când se face baie. Diferența constă doar în aceea că atunci baia se făcea cu bucurie, oamenii se spălau de murdăria veche pentru ca să întâmpine ziua de odihnă cu trupul curat.

În prezent, oamenii se sperie de bătrânețe sau o urăsc. Dacă omul se teme de bătrânețe, ea va trebui să-l sperie. Cine urăște bătrânețea, la bătrânețe îl vor aștepta încercări foarte dureroase.

Bătrânețea are o mare valoare, ce produce bucurie celui ce se delectează cu ea – înțelepciunea vieții. Astăzi, bă-

trânețea nu este pusă la mare cinste, întrucât cei care sunt acum bătrâni, nu au respectat din tinerețe pe cei în vârstă și nu au apreciat înțelepciunea lor dată de viață. Era mai importantă înțelepciunea învățată la școală. Acum, toți trebuie să recunoaștem că ambele tipuri de înțelepciune sunt foarte necesare și au aceeași importanță. Fiecare are locul ei.

Pragul noii vârste se numește climax.

Climaxul feminin (menopauza) este foarte chinuitor pentru că spiritualitatea începe să descrească și nu se observă o creștere a activității fizice. Și totul din cauza spaimelor. Multe femei consideră că odată cu instalarea menopauzei viața s-a terminat. Vorbesc și chiar glumesc pe această temă, dar li se rupe inima. Femeia percepe acest fenomen ca și când ar înceta să mai fie femeie.

Dacă până la 49 ani femeia nu și-a însușit legile naturii ca să poată merge mai inteligent mai departe, acum natura nu o mai ajută să se elibereze de stresuri prin menstruație. Natura este ca un părinte grijuliu care, chiar dacă se preocupă de copil, știe că nu-l poate ocroti toată viața; altfel el n-ar mai învăța să meargă pe propriile picioare. De regulă, menopauza se instalează începând de la 50 de ani. Există și cazuri când simptomele climaxului patologic se observă de la 35 ani. În spatele întreruperii menstruației, nervozității și bufeurilor se află acumularea de stresuri.

Aici este locul să vorbim despre principalele stresuri.

1 – Sentimentul de vinovăție – sleiește inima de forțe, încetinește circulația sanguină și împiedică alimentarea normală cu sânge a întregului corp. Bătăile de inimă mai dese ce apar în timpul bufeurilor sunt reacția corpului la eliberarea de spaima de moarte. Prin greutatea lor, senti-

Alungă răul din tine

mentele de vinovăție apasă pe inimă și ea devine slabă, moale și leneșă.

2 – Frica provoacă spasme în canalele energetice și în toate țesuturile moi. Când vasele de sânge se îngustează pielea devine rece și palidă, chiar albăstrie.

Când circulația sanguină se încetinește prea mult, apare spaima de moarte și vasele de sânge se contractă brusc. Ca urmare, în celule apare un deficit de oxigen și de substanțe hrănitoare. Spiritul știe că este prea devreme pentru a muri dar, din prostie, am putea da de bucluc. El ne înștiințează de această stare prin spaima de moarte. Pentru a compensa lipsa de oxigen, inima, de frică, începe să pompeze sângele foarte repede. Omul simte bătăile inimii și își dă seama că ceva nu este în ordine. Cine va învăța să se elibereze de stresuri, acela nu va suferi niciodată de aritmie.

La cei care obișnuiesc să fugă de rău, să-și pună speranța în alții, să caute la alții cauza necazului lor, aritmiile pot să dureze multă vreme. La cine s-a obișnuit să găsească o cale rațională de ieșire din orice situație, bătăile de inimă vor trece de la sine și foarte repede.

3 – Răutatea provoacă creșterea volumului de energie și mărirea tuturor țesuturilor și organelor. Ea dilată la maximum vasele de sânge, provocând înroșirea pielii. Corpul este invadat de căldură și transpirația iese în afară.

Bufeurile de climax sunt provocate de succesiunea rapidă a acestor trei stresuri principale. Astfel de accese apar și la tineri, ceea ce ajută corpului să dea afară negativitatea și îl ferește pe om să nu facă o faptă rea. Metaforic vorbind, odată cu vârsta, din mănunchiul de stresuri cresc niș-

te vulcani care, din când în când erup, ori pe rând, ori toți deodată.

Din punct de vedere medical, climaxul durează câțiva ani. Am avut însă ocazia să văd femei cu nevroză de climax de la 35 la 80 de ani.

Mai demult, diferența de vârstă între cei doi soți era mare. Astăzi, iubirea îi aduce împreună pe tinerii de aceeași vârstă. De ce? Aceasta ne arată creșterea nivelului de dezvoltare al omenirii, năzuința spre perfecțiune.

Soților de aceeași vârstă le e greu să-și mențină liniștea în familie. La fel de greu le este să lucreze împreună și/sau să fie prieteni cu cei de aceeași vârstă, dar de sex opus. În schimb, acolo unde lucrează persoane de aceeași vârstă, dar de același sex, lucrurile merg bine. Ei au aceleași interese imediate. De obicei, un șef de colectiv va prefera să aibă subalterni mai tineri decât el. Cea mai bună variantă este un colaborator cu 7 ani mai mic și de sex opus, trebuie evitat însă un colaborator cu 7 ani mai tânăr, dar de același sex. Interesele încep iarăși să coincidă dacă persoana este mai tânără cu 14 ani și este de același sex.

Într-un astfel de colectiv șeful se poate simți ca un pionier, va deveni un întreprinzător, mai deștept și mai activ. Din aceste motive șeful va avea și un sentiment mai pronunțat al propriei demnități. Dar, prea mult bine nu mai este bine și sentimentul propriei demnități se va transforma în vanitate și egoism. Aceasta duce la îngâmfare, ironizarea și umilirea celor din jur. Colectivul, bun până atunci, se va destrăma.

Mult mai prevăzător va fi șeful care primește în colectivul său și lucrători mai în vârstă. Oamenii de sex opus, cu 7 ani și cu 21 ani mai mari, precum și cei de același sex care au 14 și cu 28 de ani mai mult, au aceleași scopuri în

Alungă răul din tine

momentul respectiv. Dacă șeful nu are teama că *nu este iubit*, nu va cunoaște nici teama că *unul din ei ar putea să fie mai deștept decât el*. El își alege în mod conștient colaboratori mai în vârstă și mai cu experiență, de la care are ce să învețe.

Un adevăr de viață spune că cine e mai bătrân, e mai deștept, dar nu orice deștept are capacități de conducător. Cine va fi conștient de acest adevăr, își va dezvolta talentul de conducător fără să fie invidios pe capacitățile celorlalți. Și atunci nu va fi nici un fel de conflict între șef și colaboratori. Niciunul nu va simți nevoia să râdă de competența celuilalt pentru ca să se ridice pe el în ochii celorlalți.

Un om care se respectă, nu va umili pe alții pentru a-și menține autoritatea. Viața este prea scurtă și prea prețioasă ca s-o dăm pe fleacuri. A lucra cu astfel de oameni este o plăcere.

Marea masă de oameni devine mai înțeleaptă odată cu vârsta. Dacă cineva nu se poate afirma și asta se întâmplă din cauza fricii că *nu sunt băgat în seamă*, nu va fi niciodată mulțumit și vesel. Va începe să spună care este vârsta lui, subliniindu-și în felul acesta înțelepciunea, deoarece în subconștientul uman înțelepciunea este valoarea cea mai mare. Își va permite să critice, să ironizeze, să fie sarcastic sau chiar să sară la bătaie, în funcție de gradul lui de educație. Dacă este concediat, se consideră îndreptățit să spună că nimeni nu vrea să aibă alături colaboratori mai în vârstă și mai deștepti.

Viața ne învață că un șef trebuie să știe să-și aleagă echipa și un lucrător trebuie să știe să-și aleagă șeful. Dacă omul s-ar elibera de spaime, spiritul său s-ar îngriji ca el să se afle într-o poziție favorabilă. Dacă nu s-a eliberat, spiri-

tul îi deschide ușa să intre într-o sală de clasă cu multe suferințe, dar va intra singur, fără însoțitor.

Cam aceleași complicații de comunicare îi așteaptă și pe soții de aceeași vârstă. Necoincidența critică a amplitudinilor lor de viață poate duce la destrămarea familiei, dacă cei doi nu știu să se înțeleagă unul pe celălalt. Abia după ce amplitudinile lor se vor fi depărtat la maximum urmează o îmbunătățire a vieții, dar, cel decepționat și aflat în stare de stres, nu știe să aștepte, pentru că nu știe *ce* să aștepte. Dorința de a-și transforma soția în copia sa este și ea supusă eșecului, întrucât mersul vieții se supune legilor naturii. Deosebit de critică este situația când femeia se află în punctul maxim al creșterii spirituale, iar bărbatul în punctul maxim de creștere a forțelor fizice.

Aceeași regulă se aplică și la comunicarea între părinți și copii. Când o femeie de 21 de ani naște o fată, mama va avea o perioadă de dezvoltare a nivelului fizic, în timp ce la fiică se va dezvolta partea spirituală. Înțelegerea lor reciprocă se va complica, dar, fiind amândouă femei, vor putea să se înțeleagă, dacă vor dori. În schimb, la un tată de 21 de ani și fata lui nou născută interesele de viață vor coincide și de aceea se și înțeleg mai bine, pe cât este posibil, în general, ca un bărbat să se înțeleagă cu o femeie.

Dacă o femeie de 21 ani naște un băiat, ea va fi capabilă să-l înțeleagă mai bine decât dacă l-ar fi născut la 28 de ani. Pentru a înțelege mai clar, vă sfătuiesc să vă desenați schema cu amplitudinea vieții împreună cu schemele celor din casă și atunci vă va fi mai ușor să comunicați. Punctele unde liniile se intersectează arată perioada favorabilă pentru comunicare. Și dacă vreodată liniile întregii familii se vor intersecta într-un punct, aceasta înseamnă o mare fericire.

Alungă răul din tine

Dar de ce o mamă de 21 de ani naște o fată, iar una de 28 de ani – un băiat? De ce să nu se nască în ordine inversă? Pentru că spiritul copilului dumneavoastră a dorit să învețe lecția mai grea a comunicării. La altă vârstă acest copil nu ar fi putut să vă aleagă pe dumneavoastră, ar fi fost un cu totul alt copil. Și acela nu v-ar fi considerat omul cel mai drag. Nu uitați, cine se aseamănă se caută.

Cel care are o sinusoidă total opusă sinusoidei mamei lui, va putea să-și atingă ușor scopul în viață – să devină contrariul negativității materne. Acest copil va fi mai puternic interior, mai determinat, va avea încredere în el, chiar dacă mama îi va spune mereu că e rău, pentru că nu este dependent de ea. În viața de zi cu zi, acest copil și mama lui nu seamănă, ei au păreri diferite despre viață, conflictele principiale dintre ei vor fi inevitabile și vor produce multă suferință amândurora. Nu se vor certa des pe fleacuri. Dar dacă copilul are deja o vârstă, părinții se vor lăuda, mai mult decât cu plăcere, cu succesele lui, dându-le drept ale lor. Din păcate, numărul părinților care nu iartă, care nu înțeleg viața lumii este mare și în relațiile lor vor continua să-l considere pe copil rău și neascultător, chiar dacă el a făcut o mare descoperire pentru omenire. Părinții cicălitori devin totdeauna piatra de încercare spirituală pentru copilul lor. Mamele – în mai mare măsură, tații – în mai mică, dar cu cât vor trăi mai mult împreună, tații vor începe să semene cu mamele. Aceasta este forța puterii feminine.

Importanța primordială o are dezvoltarea spiritului. Dar spiritul este totdeauna de gen masculin. Cu cât criza de pe Pământ este mai mare, cu atât mai mult vor suferi materialistii. Timpurile de azi impun o dezvoltare spirituală rapidă pentru a rămâne în viață.

Conform legilor vieții, cel de pe urmă va fi cel dintâi. Indiferent de sex, cel care merge înainte este creatorul vieții lui viitoare. Cel care rămâne acum în urmă, adică femeia, se pregătește să-l ajungă din urmă pe bărbat. Dar, atâta timp cât oamenii nu-și vor însuși legile vieții, năzuințele lor pământești nu se vor împlini.

Bărbatul a fost, este și va fi un înaintemergător. Femeia este generatorul de energie pentru cel care merge.

Dacă spiritul este capabil să meargă, pentru că îl hrănește sufletul, corpul îl va însoți categoric.

Dacă nu hrănește spiritul, corpul se oprește din mers. Și indiferent cum l-am numi pe om – comod, indiferent, apatic sau moale, el nu se va clinti din loc. Femeia poate să-i aștearnă și să-l mâne pe bărbat cât dorește, dar să se miște îl va face doar iubirea.

Dacă bărbatul merge singur, femeia nu va merge niciodată singură, pentru că ea dorește tuturor acel bine care este în ea. Femeia vrea să tragă după ea pe soț și familia, dar ei nu vor să meargă cu ea. Cu cât rezistența este mai mare, cu atât mai puternică este dorința femeii de a-i salva. Se încinge o luptă care va distruge familia.

Aici poate fi de folos doar o mare muncă cu tine însuși. Foarte mulți sunt uimiți: „*Atunci trebuie să-mi schimb caracterul! Este imposibil!*”

Nu, este posibil. Și veți fi cu atât mai fericiți, pe cât ați fost de nefericiți.

A-ți schimba caracterul înseamnă a înțelege în altfel sensul vieții și a te elibera de rău cu ajutorul voinței pentru a putea atinge scopul mult dorit. Este mai complicat decât credeți și mai simplu decât presupuneți. Cine nu va învăța să o facă inteligent, va fi obligat să învețe prin suferință.

Alungă răul din tine

Unii își trăiesc pentru a nu știu câta oară viața în chinuri pentru a-și îndrepta doar o singură trăsătură de caracter.

Christos a apărut să ne învețe cum putem să ne schimbăm cu demnitate. Dar, nu se știe de ce, omenirea doar vorbește despre demnitatea umană. Cine pretinde demnitate umană s-ar putea să nu o obțină niciodată pentru că pretenția deja îndepărtează binele. Demnitatea umană vizibilă, cea fixată în legislație, este o autoamăgire a omenirii, ca oricare alta.

Numai atunci când fiecare se va elibera de stresurile sale, familia va putea fi păstrată. Și familia trebuie păstrată.

Cel care și-a întemeiat o familie, a avut nevoie să învețe lecția dobândirii perfecțiunii. Noi nu putem înțelege ce înseamnă unirea dintre un bărbat și o femeie. Obligativ, subînțelegem în primul rând patul. Nu ne gândim la unirea sufletelor.

Cel care se desparte de partener nu mai este în stare să-și dobândească echilibrul sufletească. Dezamăgirile îl obligă să aprecieze sexul opus după experiența lui amară. Liniștea sufletească vine numai după ce ai devenit conștient de greșelile tale. Pentru aceasta trebuie ca mai întâi să-ți ierți stresurile, apoi să-ți ierți soția ș.a.m.d.

Dacă între soți este o diferență de vârstă de 7 ani, ei își vor găsi mult mai ușor un limbaj comun. Următoarea diferență este de 21 de ani. În acest caz, lecțiile ce urmează a fi învățate prin partener sunt atât de mari încât, dacă va trebui depășită și diferența de vârstă, omul nu va avea forțele necesare să le învețe. El este încă foarte slab. Femeile și bărbații sunt, în orice situație, contrariile care formează un tot unitar, echilibrarea lor până la unire fiind un scop minunat și totodată scopul suprem al civilizației actuale. Celui care o realizează, i se va deschide calea către înălțare.

Ea este accesibilă doar oamenilor cu judecată, care știu să creeze un echilibru între sentimente și rațiune. Oricine poate însă să învețe să judece. De asemenea, oricine poate să învețe să iubească. Pentru început trebuie știut că, cu cât considerăm că știm foarte multe, cu atât știm mai puțin. Cât de puțin știm putem să constatăm numai atunci când ne apucăm de învățat.

Am fost uluită când am auzit pentru prima oară replica: „De unde e chestia asta că eu trebuie să iubesc un om străin? Eu îmi iubesc soțul!! – „Nu vi se pare că nu este suficient?” – am întrebat eu. A urmat răspunsul: „Omul trebuie să știe și să-și facă datoria”. Am văzut că era tentată să mă întrebe ce zice soțul meu despre amoralitatea mea. A trebuit să mă chinui să-i explic că un om inteligent nu trebuie să reducă iubirea de aproape la nivelul poftelor sexuale neînfrânate și la realizarea lor fizică și să se și considere o autoritate incontestabilă în domeniul datoriei umane. Ea nu știa că cu cât iubirea sufletească, fără vorbe, a omului pentru ceilalți oameni și pentru viață este mai mare, cu atât mai puternică este iubirea ei perfectă pentru soțul ei. Iubirea perfectă garantează fidelitatea. Un astfel de om perfect își cunoaște locul în viață.

Rece. Cald. Fierbinte, fierbinte

Știm, desigur, cu toții acest joc din copilărie. Îl jucăm tot timpul în viață, fără să-i dăm importanța cuvenită.

Omul este sănătos atunci când energia lui negativă și cea pozitivă se află într-un echilibru în mișcare. Din păcate, ne-am obișnuit să percepem viața ca pe o luptă. Nu există luptă pentru viață dacă nu există răutate. O adunăm în noi

Alungă răul din tine

și ea crește până ajunge la punctul critic și începe să ne distrugă corpul. Corpul încearcă să se opună distrugerii.

Cum, în ce mod?

Ne mirăm de ce copiii sănătoși nu se tem de frig și credem că asta înseamnă că sunt căliți. Este adevărat și că oamenilor în vârstă, mai ales femeilor, le place căldura. Ne mirăm de sfinți care suportă totul, în orice situație, pentru că sunt dăruiti cu capacități ieșite din comun. Acestea sunt reprezentările unanim acceptate.

Considerăm reglajul termic al corpului ca fiind un proces automat și nu ne gândim mai departe. Temperatura corpului este unul din modurile de echilibrare a răutății la nivel fizic. Pe cel care nu știe să gândească corect, îl ajută corpul.

O temperatură normală nu înseamnă că omul nu are răutate. Ea înseamnă că omul se eliberează de răutate prin țipete sau înjurături, sau nu se eliberează și nici nu intenționează să se elibereze. Vrea să fie gata să muște și își ascunde răutatea în sine, pentru ca mai târziu să vadă, printr-o boală grea, că încă mai are de învățat.

Există oameni care nu suportă frigul și explică aceasta prin condițiile de seră pe care le-au avut în copilărie și este adevărat. Atmosfera plină de ură din casa părintească i-a obligat să trăiască permanent la limita crizei. Un mic curent și imediat omul se îmbolnăvește. Un altul poate să se transforme într-un furțur și rămâne tot sănătos. Iertați-vă părinții, faceți-o imediat și temeinic și treptat n-o să vă mai fie frică de frig.

Căldura scoate răutatea din corp.

Frigul nu lasă răutatea să iasă.

Se îmbolnăvește acel corp în care răutatea s-a strâns până la cota critică.

Dacă în corp s-a acumulat multă răutate, crește temperatura – focul purificator al organismului. La atingerea punctului critic începe transpirația, care ajută și ea corpul să se curețe de tot ce este inutil, și temperatura începe să scadă. În felul acesta temperatura contribuie la eliminarea răutății. Când corpul începe să transpire, înseamnă că a trecut criza și corpul e pe cale să se însănătoșească. Transpirația începe imediat ce omul și-a dat seama de cauza bolii și cere iertare corpului său pentru greșelile făcute.

Prin faptul că ne place căldura ne ajutăm inconștient corpul. Locuitorii din țările nordice doresc să-și petreacă concediul în sud. Și asta tot pentru a trece prin focul purificator. Climatul cald scoate afară răutatea.

De pe vremuri, estonienii au obiceiul ca atunci când fac baie de aburi să se bată cu o măturică, lecuindu-se în felul acesta de dureri de articulații de oase și de alte boalaș-nițe. Efectul este minunat, mai ales dacă acest lucru se face regulat. Nu ne gândim, noi - estonienii, că se face și o curățire de răutate. Spunem că baia ne calmează și ne curăță. Cel pentru care baia a devenit un ritual, se curăță în toate sensurile.

Să vedeți cum fac baie bărbații tipic estonieni. Mai întâi se încălzesc pe o laviță, apoi se bat cu o măturică - și cum? Până când transpirația începe să sară de pe ei. Apoi se așează în tinda băii și beau bere. Ce este berea? Întâi de toate este o cereală, și nu alcool. Cerealele au proprietatea de a-ți mări sentimentul de responsabilitate în fața lumii, iar orzul îi dă omului încredere în forțele sale. În felul acesta, berea, dacă nu facem abuz, contribuie la căpătarea

Alungă răul din tine

de înțelepciune și ne dă forțe pentru ca viața să meargă înainte.

În timp ce își beau berea, se leagă o discuție despre viață, probleme mondiale, economie și politică. Glasurile li se aud din ce în ce mai tare. Tocmai când discuția este în toi, răsună o voce: „*Bă, aideți la opăritoare*” (așa se spune pe vremuri, acum se zice: „*Băieți, haideți la saună!*”). Și pornesc toți ca unul. Din nou intră în funcțiune măturica ce scoate răutatea din corp. Apoi bărbații beau din nou bere și își continuă discuția până se simt vlăguți. La sfârșit pleacă spre casă. Corpul a fost curățat prin baie și abia acum sufletul se simte ușor. Din aceste motive aștepta țărănul cu nerăbdare ziua de sâmbătă, să meargă la baie.

Pe vremea aceea femeile nu-i certau pe bărbații lor că se duc la baie numai ca să se amețească, fiindcă și ele își scoteau răutatea cu măturica și o făceau, ca și pe celelalte munci, cu plăcere. Lăsau toate celelalte treburi de o parte și se îmbăiau cu sfințenie, delectându-se și de baie și de ele însele. Omul modern a pierdut cultura de a se îmbăia. Se spală, n-are importanță cum, și gata. S-a dus mizeria, corpul miroase frumos, dar în suflet murdăria a rămas la fel cum a fost.

Așadar, celui cui îi place căldura, acela dorește să se elibereze de răutate. Căldura îți scade pofta de mâncare, mai ales de carne, și te face să slăbești.

Frigul are acțiune inversă. Blochează ieșirea răutății și ea este nevoită să se acumuleze în corp. Dacă la căldură omul devine energic, temperamental, zgomotos, în frig el se liniștește. Echilibrul aparent și reținerea sunt numai un efect exterior.

Urmăriți-vă corpul după o cadă caldă sau o baie. Are pete albe și roșii. Petele albe sunt spaima, petele roșii – ră-

utatea. Prin contrast, căldura va scoate în evidență răutatea și spaimile. Cu cât vă veți bate mai mult cu măturica cu atât petele albe se vor împușina – spaimile se vor micșora, deoarece răutatea iese odată cu transpirația. Nici o altă porțiune a pielii nu va mai vrea să se înroșească. Veți spune că în cutele corpului, sub sâni, la subsuoară nu pătrunde căldura, dar în realitate aceasta arată prezența fricii respective de care omul se jenează să vorbească și de aceea ea nu iese din corp. Sunt spaimile cele mai ascunse despre care omul nu îndrăznește să pomenească, să nu se râdă de el.

Dacă, în timp ce faceți baie simțiți un fel de frison, înseamnă că s-a pus în mișcare energia fricii. Împreună cu transpirația poate să înceapă să iasă și răutatea. Aflând acest lucru, omul ar putea să se bată ore întregi cu măturica, scoțând din el o cantitate uriașă de răutate, dar orice depășire a măsurii poate da naștere la pericole – ne putem face rău. Cel mai bine ar fi să ne eliberăm de răutate cu ajutorul gândurilor și apoi, în baie, să ne delectăm de felul în care corpul nostru reacționează la schimbări.

Porțiunea de corp rămasă albă după baie este locul care urmează să se îmbolnăvească. Adesea, este regiunea din jurul osului sacru care ne arată că nu a fost utilizată energia sexuală și că există spaimi legate de probleme economice. Pasiunea și portofelul merg totdeauna mână în mână. Sâni albi arată că acuzațiile s-au acumulat. Măinile și gâtul alb – probleme cu comunicarea. Astfel baia pune diagnosticul bolilor dumneavoastră și le prezice. Primiți ajutorul ei și nu va mai trebui să spuneți pe urmă: „*Dacă aș fi știut*”.

După o răceală apare durerea însoțită de temperatură. Prin aceasta corpul contribuie la ieșirea răutății acumulate.

Alungă răul din tine

Omul care, cu un anumit scop, își călește corpul prin frig devine calm, puternic și capabil de luptă. Cu toate acestea, în el rămâne o agresivitate ascunsă. Dacă această călire se face fără a schimba modul de gândire, numai de dragul creșterii capacității vitale și a disponibilității de luptă, va crește peste măsură și potențialul de răutate.

Excesul este întotdeauna dăunător. O căldură prea mare sau instantanee duce la șoc termic sau la insolație. Aceasta înseamnă că dacă dintr-o singură dată iese mult prea multă răutate, corpul fizic nu poate suporta acest lucru. Dacă la focarul de inflamație, care și așa are o temperatură ridicată, se mai adaugă ceva fierbinte, focarul se răspândește în tot corpul și devine periculos pentru viață. Focarul de inflamație trebuie mai întâi răcit și abia după aceea încălzit moderat.

Frigul excesiv blochează ieșirea răutății. Răutatea acumulată amenință să distrugă omul din interior. Asta îl sperie pe corp. Omul încearcă să-și ajute corpul prin erupția răutății – apare o senzație de căldură. Cine este conștient de pericol, acela nu va îngheța. Dacă un om înghețat va fi introdus într-o cadă cu apă fierbinte, el va muri, deoarece ieșirea prea rapidă a răutății nu poate fi suportată.

Intrați într-o cadă cu apă rece astfel încât să vă rămână afară numai fața și urmăriți-vă senzațiile. Foarte puțini vor reuși, majoritatea vor sări afară din cadă țipând. La unele persoane, mai sensibil la frig este abdomenul, la altele spatele, în funcție de locul unde se acumulează răutatea. Oamenii care au puțină răutate în ei, sau dacă sunt puternici și trăiesc în armonie cu lumea lor interioară, vor fi capabili să stea mult timp în apă rece și să nu se îmbolnăvească. Acest lucru este posibil, dacă este făcut în numele unui scop de bine. Căldura „salvează” omul, în schimb în frig

omul trebuie să se salveze singur. Frigul te obligă să gândești pentru a supraviețui. Cine nu face acest lucru și, de frică, începe să se agite, își cheltuie forțele într-o luptă fără sens și va pieri.

Pentru a deveni un om puternic și echilibrat este necesar ca în egală măsură să ne învățăm și cu frigul și cu căldura. Celui care va începe să se elibereze de răutate, nu-i va fi prea frig pe un ger năprasnic și nici prea cald sub soarele arzător al deșertului. Și nu se va îmbolnăvi din cauza variațiilor de temperatură.

Răutatea cinstită și răutatea mincinoasă

Știm cu toții cum se comportă un om îndârjit. Doar opinia publică îl obligă să se mențină în limitele decenței și să-și stăpânească îndărătnicia. Răutatea înăbușită își pierde acuitatea și claritatea, forța ei distructivă devine lentă și perfidă.

Cu cât un om este mai înclinat să pună semnul egalității între sinceritate și lipsă de educație și să considere stăpânirea de sine ca fiind un lucru inteligent, cu atât răutatea lui, dincolo de fațada onorabilității, va crește și se va transforma în dispreț.

Comparați aceste două femei. Am discutat cu amândouă despre principalele îndatoriri ale femeii și ale bărbatului.

Prima, fără să stea mult pe gânduri, mi-a spus dintr-o suflare: „*A, nu! Nu pot să iubesc un astfel de om! Un alcoolic și un trântor. Dacă n-ar bea, totul ar fi în regulă*”. Eu încep atunci să înșir părțile pozitive ale soțului ei, ea este de acord și parcă deja n-ar mai vrea să renunțe la el.

Alungă răul din tine

De un singur lucru are ea nevoie – ca soțul să fie un om *cumsecade*. Această femeie are pietre la vezica biliară. Din când în când îi apare un fel de boală de piele ciudată care trece de la sine și pe care doctorii o numesc alergie.

Soțul ei este un om de viață și din când în când trage câte un chef monstru după care își vede de treabă. Este apreciat la locul de muncă. (În această perioadă femeii îi trece temporar boala de piele). Când femeia îl pune să facă ceva, el se enervează, deși pe urmă face. Ea se supără tare de tot că el o face proastă și când ea îi face morală, el, ca răspuns, o trimite la cratiță. El spune adevărul, dar ea nu-l crede, pentru că femeia modernă vrea să se debaraseze de cratiță și de lucrul de mână, fără să înțeleagă că prin aceasta își pierde feminitatea. În loc să abordeze rațional treburile gospodărești, femeia modernă vrea să scape de cratiță, deoarece în lupta pentru supraviețuire hrana și-a pierdut importanța. În schimb, copiii și nepoții văd în visurile lor chipul bunei lor mame sau bunicuțe care miroase a prăjituri și care face o mâncare de te lingi pe degete.

Cea de a doua femeie mă întreabă cu o nuanță de dispreț: „*Spuneți-mi, cum pot să iubesc un astfel de om? Dar nu merită. Îl suport numai din milă și pentru că este tatăl copiilor mei. Trebuie să ne ajutăm fiica și familia ei, ea are un copil bolnav din naștere*”.

Această femeie are cancer la sân.

Soțul ei este un om neajutorat, supus, tăcut, cu o privire ștearsă, care, chiar dacă face ce îi spune soția lui, când pune mâna pe sticlă nu se mai oprește. Dacă nu i-o iei cu forța, n-o mai lasă pentru nimic în lume. După părerea ei, soțul nu o apreciază, deși toată lumea o respectă. Spune că s-a măritat din milă cu acest bărbat, dar nu vrea să recunoască că viața a unit-o anume cu el și nu cu altul, pentru

că ea avea nevoie de această lecție de viață. Vede că tot ce a realizat în viață, a făcut singură, fără ajutorul soțului. Dar succesele n-o bucură. Gândurile i se învârtesc tot timpul în jurul soțului ei, care este o nulitate, o doare faptul că el o face de rușine deoarece nu are coloană vertebrală, adică demnitate.

Ambele femei, în loc de iubire, dăruiesc soțului răutate. La prima, răutatea este zgomotoasă, sinceră, la a doua, răutatea este disprețuitoare, ea nu dorește să ajungă la insulte mizerabile pentru a nu se simți ea însăși umilită.

Pentru prima este ușor să se elibereze de răutate, pentru că recunoaște imediat că a greșit și știe să aprecieze părțile pozitive ale soțului ei. Ea încă mai ține minte când s-a măritat cu tânărul simpatic și că la început totul era bine. Nu vrea să se pună pe ea într-o lumină favorabilă față de soț, ci vrea să-și aranjeze viața. Continuă să-și considere soțul capul familiei. Nu i-a trecut prin minte că ea este vinovată de decăderea soțului și este de acord să se elibereze imediat de răutate, dacă asta îl va schimba și pe el și dacă ea va scăpa de pietrele de la vezica biliară. Pentru început nu poate scăpa total de încăpățănare, fiindcă s-a obișnuit că viața este, inevitabil, o luptă, unde unul este învingător și celălalt învins. Este chiar interesată să afle ce este aceea o iubire adevărată.

Cu cea de a doua femeie problema este mult mai complicată, pentru că disprețul are rădăcini subțiri și ramificate. Asta și arată boala ei. Ea nu se deschide cu bucurie pentru a învăța să ierte, deoarece nu are în ea acest sentiment. Nu observă că are un ușor dispreț pentru tot ce nu înțelege și ce depășește sfera reprezentărilor ei materiale. Văzându-i pe față expresia de dispreț rece, pe unii îi vor trece fiorii, iar pe alții o să înceapă să-i mănânce palmele. Și chiar da-

Alungă răul din tine

că ea va fi nevoită să plătească pentru disprețul ei față de ceilalți, oricum ea se va socoti fără de greșală. Dar legile vieții nu se vor interesa de părerea ei, ci o vor scoate la lecție.

Disprețul crește încetul cu încetul. Corpul încearcă să-l ajute pe om să se curețe și va scoate afară disprețul sub formă de temperatură. Omul îi zice răceală, boală virală și continuă să trăiască în întuneric. Cu cât dorește mai mult să se ridice deasupra greutăților și deasupra celorlalți, apariția febrei îi spune din ce în ce mai puțin.

O lecție atât de banală și de primitivă lui nu-i folosește la nimic. El merită mai mult.

Disprețul este răutatea care umilește.

Umilind pe cineva, îi dorim răul.

De aceea disprețul îndeamnă la dușmănie, la ură.

Dușmănia duce la cancer.

Cu cât ne ascundem mai mult disprețul, cu atât cancerul se dezvoltă mai insidios.

Dușmănia este totdeauna îndreptată spre un vinovat concret. Dacă nu există o bază clară pentru a-l condamna - și omul modern nu este de acord cu mai puțin - oamenii încep să-l împrăste cu dispreț, fără să-și găsească timp să vadă dacă acest om are măcar vreun amestec. De foarte multe ori dușmănia începe doar de la o bănuială apărută în urma unor zvonuri inventate. Cu cât *nefericita victimă* vrea să pară mai inteligentă, cu atât își ascunde mai mult disprețul. Nici o parte, nici cealaltă nu poate spune că între ei există o dușmănie sau că s-au certat. Nimănui nu-i trece prin cap să încerce să înțeleagă esența disprețului.

Cum să recunoaștem disprețul?

Uitați-vă în jurul dumneavoastră. Dacă vă temeți de oamenii trufași, sfidători, căzuți în autoadmirație, sau de oamenii care râd de alții, veți atrage disprețul asupra dumneavoastră. Dacă vă irită, dacă vă supără sau dacă vă simțiți jignit și nu puteți nicicum să uitați, acestea sunt semnele disprețului izbucnit din focul răutății bruște. Mulțumiți celui care v-a umilit: el v-a ajutat să descoperiți disprețul din dumneavoastră.

Ceea ce vă provoacă dispreț, vă va săcăi și în continuare. De exemplu, dacă un tânăr disprețuiește femeile în vârstă, ele, categoric, vor începe să-i facă morală și îl vor dădăci cu o căldură subliniată, bătându-l pe umăr sau îmbrățișându-l ca o mamă. Dacă o tânără disprețuiește bărbații în vârstă, ei o vor invita, de exemplu, la dans cu o galanterie subliniat tinerească sau cu aerul unui donjuan notoriu și se vor simți jigniți dacă ea refuză. Unul disprețuiește mitocănia, altul – fandoseala; unul – munca fizică, altul – munca intelectuală; unul pasivitatea, altul – hărnicia excesivă etc.

Eliberați-vă de dispreț, el este frica și răutatea dumneavoastră față de oamenii sfidători. Este un stres periculos. Pe măsură ce crește, el distruge un număr tot mai mare de oameni buni, modești și inteligenți. Și dacă v-ați culcat cu temperatură, mulțumiți-i pentru semnalul de alarmă tras și pentru drumul drept pe care vi l-a arătat.

Disprețul, desconsiderarea începe din copilărie, din casă. Modul de raportare al părinților sau educatorilor față de viață amplifică necesitatea naturală a copilului de a face bine pentru părinții lui, de a-i apăra și ocroti. Mai ales dacă, după părerea părinților, în jur locuiesc oameni răi sau proști care nu fac altceva decât rău. I se insuflă copilului că nu e bine să povestească străinilor despre ce vorbesc

Alungă răul din tine

părinții între ei, pentru că acest lucru s-ar putea să le facă rău. Iubirea față de părinți îl obligă pe copil să-și înăbușe revolta interioară. Astfel apare răutatea omului politicos – disprețul tăcut față de tot felul de lucruri posibile și neplăcute, inclusiv sărăcia, sărăcia lucie etc.

Când îi văd pe cei îmbogățiți peste noapte cum se fudulesc și cum arată, de parcă nu și-ar da pentru nimic în lume avuția lor materială, am o senzație de pericol și dorința de a-i preveni. Bogăția agonisită cu propriile mâini îl face pe bărbat să aibă prea mare încredere în el. Înfumurarea orbește și, dacă omul continuă să o cultive, el va cădea brusc. Femeile nu pot să nu-și exprime bucuria când e vorba de bunăstarea materială.

Ambilor ar trebui să le spun: „*Stați așa, dragii mei! Prin rapacitatea voastră mereu crescândă atrageți nefericirea! Dacă v-au orbit succesele, dacă priviți totul de sus, foarte curând se va abate asupra voastră ceva ce nu poate fi cumpărat cu bani – boala. Dacă ați făcut puțin rău, veți suferi voi înșivă. Dacă ați făcut mult rău, va suferi copilul. Dacă ați făcut foarte mult rău, va suferi nepotul. Cu cât răul este mai dureros, cu atât răsplata va fi mai dureroasă. Măsura se află la fiecare în suflet*”.

Copiii părinților avuți rar sunt în armonie cu ei înșiși. Mai devreme sau mai târziu se va vedea atitudinea disprețuitoare față de viață a părinților și vor începe chinurile, pentru că acolo unde sunt mulți bani este puțină iubire.

Pe lumea aceasta sunt puțini oameni care s-au înțeleptit prin propria lor experiență de viață, la care bogăția a venit de la sine. Comorile lor cresc, chiar dacă, chipurile, au irosit fără noimă bani pentru educație, cultură, crearea unor valori veșnice. La maturitate, copiii lor vor merge pe urmele părinților. Ei au moștenit de la părinți o

atitudine plină de respect față de toate formele de manifestare a vieții.

Disprețul este un mentor care îl obligă pe om să se ocupe chiar cu ce disprețuiește. Astfel se capătă înțelepciunea de viață. Disprețul este un mentor neîndurător.

Când copilul disprețuiește pe oamenii nedrepti, el suferă din cauza nedreptății și va învăța jurisprudență pentru ca, devenind judecător, să facă o judecată dreaptă. Adesea la serviciu el va intra în impas, procesele se vor prelungi, justiția nu se va mișca. Disprețul față de nedreptate a crescut și s-a transformat în dispreț față de criminal sau față de sistemul judiciar.

Când copilul disprețuiește oamenii bolnavi, se îmbolnăvește chiar el foarte des și după ce va termina școala se va duce la medicină pentru a învăța să stârpească bolile. Disprețul se întoarce împotriva bolnavului sau împotriva medicinei.

Când copilul disprețuiește clădirile urâte, el va trebui să locuiască într-o casă urâtă sau în apropiere de ea și va dori să devină arhitect ca să proiecteze case frumoase. Între timp el este nevoit să trăiască într-o casă urâtă. Va începe să disprețuiască condițiile de viață și orânduirea de stat.

Când copilul disprețuiește sărăcia, va trebui să trăiască în sărăcie și se va școli pentru a deveni bancher, ca să se afle printre bani. Disprețuiește o muncă rău plătită și nu are salariul la care a visat - începe să disprețuiască pe cei mai bogați decât el și pe cei mai săraci pentru sărăcia lor.

Când copilul se manifestă cu dispreț față de certurile dintre părinți, va fi atras de ele și în viață va începe să evite cu orice preț certurile, în schimb se va amesteca în marile scandaluri. Categorie va nimeri într-un grup conflictual.

Alungă răul din tine

Începe să-i disprețuiască pe cei care asupresc pe alții sau pe cei care își permit să jignească.

Profesia aleasă va începe foarte repede să-l nemulțumească pe tânăr, deoarece el nu știe să se elibereze de atitudinea disprețuitoare față de greutăți. Se înțelege de la sine că munca va fi grea, ca orice lecție de viață. Își va face cu neplăcere munca zilnică, pentru care a cheltuit atâtea forțe și se va simți extenuat și scos din sărite pentru că nu știe să o iubească. Disprețul se va amplifica și se va furișa în el pe tăcute, ca ceața ce se lasă seara, și obstacolul va fi greu de observat.

Oamenii cu voință știu să-și mobilizeze forțele în numele scopului propus și eforturile lor vor aduce roade. Din păcate, foarte curând vor începe să disprețuiască pe cei cu mai puțină voință, pe fricoși, neajutorați, proști, pe cei care nu gândesc ca ei, pe cei tăcuți etc. și vor deveni atât de înfumurați încât îi vor dăscăli în gura mare pe cei mai deștepți decât ei, socotindu-i niște proști. Între timp disprețul își va face în liniște treaba distrugătoare.

Pentru acest gen de oameni pretutindeni sunt numai obstacole. De exemplu, vine la mine la cabinet un pacient și îmi spune: „*Vreau să știu care este baza existenței mele*”. Prea deșteaptă întrebare la care nu-i poți răspunde în două vorbe pentru că altfel el se supără. Îi văd spaima față de umilință, care îi provoacă agresivitate, și o încăpățănare disprețuitoare. Cu toate acestea îl întreb: „*La ce vă referiți? Spuneți mai simplu ca să pot înțelege*”. Dar nu este de acord să coboare până la mine.

Este greu să-i ajuți pe oamenii aroganți, deoarece ei nu recunosc altceva decât propria lor minte.

Ar fi trebuit să înceapă să se elibereze de dispreț mai din vreme, fiindcă mai târziu ea poate deveni o piedică de neînălțurat.

Peste un minut intră în cabinet un om care iradiază căldură. Văd în el înțelepciunea. Mă pregătesc interior să-i răspund la o întrebare complicată, apropo de comportarea pacientului precedent. „*Aș vrea să aflu cât mai multe despre mine. Cartea dumneavoastră m-a ajutat să mă lecuiesc de boală, dar aș vrea să nu mă opresc aici*” – îmi spune el într-un limbaj simplu. Am ce să-i povestesc și el mă ascultă cu bucurie. Constat că are minunate cunoștințe în specialitatea lui, dar nu-i repugnă să se adreseze altcuiva pentru a învăța în domeniul spiritual. Îi împărtășesc din tot sufletul tot ce știu și îi mulțumesc pentru că am întâlnit un astfel de om.

După aceea îi voi povesti despre dispreț pentru a-l ocroti de rău.

Despre bărbați și pentru bărbați

În carte este subliniat rolul femeii. Întrucât în alte vieți suntem ori femei, ori bărbați, trebuie să știm că, înainte de orice, suntem oameni și nu avem dreptul să arătăm pe altul cu degetul. Mulți bărbați se agață, ca de paiul de salvare, de ideea că femeia nu știe să iubească bărbatul. Avem în sânge să învinovățim pe altul, dar asta este o justificare pentru proști.

Vreau în mod special să subliniez pentru bărbați care este rolul lor.

Alungă răul din tine

Întrucât în viețile anterioare bărbații au fost femei și vor mai fi și în viețile viitoare tot femei, până când vor atinge perfecțiunea, vă va fi mai clar și mai ușor dacă, chiar de acum, veți privi viața cu ochii altcuiva, adică cu ochii femeii. Veți vedea două extreme ale vieții care trebuie să formeze un tot.

Un bărbat inteligent va putea să se poarte cu respect față de lucrurile mărunte, feminine, pentru că din mărunțișuri se adună ceva mare. Bărbatul face treburi mari și vede totul la scară mare. Dar casa încă nu este căminul familial. Casa devine cămin datorită mărunțișurilor feminine. Bărbatul care consideră că din mare poți face totdeauna mic, sparge casa în bucăți și se va trezi, împreună cu familia într-o ruină.

Bărbatul este obligat să știe în ce constă rolul lui de bărbat și să-i lase femeii rolul ei de femeie. Când neîncrederea dispare, poți să crezi în celălalt și în munca ta. Doar o pereche de soți care manifestă o flexibilitate rațională este capabilă să găsească o soluție pentru orice situație.

În om se află trinitatea dumnezeiască – spiritul, sufletul și corpul.

Spiritul este tatăl omului care se corelează simbolic cu osatura, capul, mintea, rațiunea, izbânda, forța, belșugul. După tată se dă sexul bărbătesc.

Sufletul este mama care, simbolic, se corelează cu țeșturile moi, spatele, emoțiile, sensibilitatea, cordialitatea, flexibilitatea, caracterul.

Corpul este suma dintre tată și mamă care atrage în noi ceea ce există deja. Pornind de aici, învățați să vă cunoașteți și să vă îndreptați.

Sexul femeiesc se ia după mamă. Câtă vreme bărbatul nu va înțelege acest lucru, el își va aprecia soția subiectiv

și această apreciere îl va caracteriza chiar pe el. De obicei negativitatea soacrei se regăsește amplificat în soție pentru ca bărbatul să poată să-și învețe în amănunt lecțiile de viață. Sau soția este opusul direct al soacrei, fiindcă negativismul extrem al acesteia nu se mai poate amplifica în soție și dumneavoastră veți continua să măsurați cu aceeași măsură.

Emoțiile sunt parte componentă a feminității. Din emoție apar stresurile. Toate stresurile pe care le țineți în dumneavoastră duc în final la distrugerea corpului. Soția poate să-și iubească soțul dar, cu toată dorința ei, nu este în stare să descătușeze stresurile soțului. Trebuie s-o facă el singur.

Bărbatul „sufocat” de emoții feminine prea mari, își pierde bărbăția și pierde.

Un bărbat curajos nu neagă emoțiile și stresurile, ci le ia ca o parte a vieții. El înțelege că, în cantitate moderată ele mișcă viața înainte, iar în exces – slăbesc, blochează, distrug.

Pe bărbat îl caracterizează rațiunea. Un bărbat curajos nu face fițe, nu se supără, nu fuge, nu face istericale, nu-și tocește simțurile cu nicotină, alcool, medicamente și droguri. Bărbatul care are aceste defecte este o calamitate. Și în zilele noastre calamitățile se produc tot mai frecvent. Fiecare dintre noi poate să preîntâmpine sau să lichideze acest dezastru. Bărbatul trebuie să știe că totul poate și trebuie să fie îndreptat – pentru aceasta ne este dată viața.

Dacă bărbatul nu se eliberează de frica – *nimeni nu mă iubește* sau de diversele ei forme, el nu va fi capabil să primească în totalitate iubirea femeii. Această spaimă învinge rațiunea, logica, memoria, judecata. Se numește complex de inferioritate. Bărbatului cu un astfel de com-

Alungă răul din tine

plex îi fuge pământul de sub picioare. Simte că nu-și ocupă locul cuvenit în viață, că nu este capul familiei. Acest bărbat începe să trăiască orientându-se după părerile celorlalți.

Cine are un puternic sentiment de vinovăție, devine cel mai mare acuzator. Eliberați-vă de acest sentiment, de frică și de răutate și nu veți mai fi acuzat, speriat și scos din sărite și nici dumneavoastră nu veți mai face altora același lucru. Sentimentul de vinovăție și acuzațiile îl slăbesc pe om, atât spiritual, cât și fizic, și asupra lui se prăvălește o avalanșă de stresuri.

Bărbatul care umilește femeile cu superioritatea lui masculină va fi el însuși umilit, pentru că nu înțelege de unde își ia forța vitală bărbăția lui. Dacă bărbatul îi provoacă femeii o durere fizică sau sufletească, el trebuie să știe că, fără să-și dea seama, va atrage imperceptibil pedeapsa asupra sa, pedeapsă ce va depăși cu mult ce a făcut el. O lovitură și mai mare va veni prin copii și va continua și în viața viitoare. Dacă viața de acum este grea, înseamnă că ați comis o greșală încă din viața anterioară; n-o mai repetați.

Bărbatul își alege soția pentru ca prin ea să atingă perfecțiunea și pe această bază viața să se miște înainte. Minte bărbatului este o comoară ce nu e voie să fie cheltuită pe certuri. Cine este mai deștept, iartă. Cine speră ca prin evadare să evite certurile, va fi atras într-o ceartă și mai aprinsă, deoarece lecțiile de viață rămân aceleași până când vor fi învățate. Cel care va folosi arma tăcerii disprețuitoare împotriva soției sale, va suferi el însuși.

Bărbatul care vrea să trăiască în fericire cu soția lui trebuie ca, întâi de toate, să-i ierte mamei sale toate greșelile și să învețe să-și iubească mama. Când o caracterizați

pe mama dumneavoastră, lăsați emoțiile la o parte, vă este folositor numai purul adevăr. Singur v-ați ales părinții, deoarece ați venit pe lume să învățați din greșelile lor. Este o cerință inevitabilă.

Femeia se ocupă de educația copiilor. Este treaba cea mai grea dintre toate. Dacă are și sprijinul bărbatului, ea prinde aripi. Dacă bărbatul este conștient de acest lucru și consideră urcușurile și coborâșurile din viața familială ca fiind inevitabile, problemele se vor rezolva cu ușurință. Graba și nerăbdarea în relațiile dintre soți dăunează copiilor. Căsătoria trebuie să sfințească familia, dar dacă el o distruge, va trebui să găsească în el calea de ieșire cea mai puțin dureroasă.

În lumea modernă bărbații sunt atât de mult privați de iubire, începând chiar cu propria mamă, încât, nereușind să-și aranjeze cu cap viața în familie, încep să-și caute iubirea în altă parte. Ea suferă o deziluzie amară și iubirea, câtă o fi fost la început, dispare. Rămâne doar insatisfacția și iubirea fizică aducătoare de durere. Această situație arată că oamenii nu știu și nu sunt capabili să se înțeleagă pe sine.

Umilirea femeii, înrobirea și tratarea ei ca un obiect a fost și, din păcate, va rămâne o răzbunare a bărbaților pe sexul feminin, situație în care ambele părți sunt perdante.

Mi s-a pus de multe ori întrebarea: „Spuneți că dacă soțul moare primul, soția nu a știut să-l iubească. Dar dacă moare întâi ea? Unii bărbați își îngroapă mai multe neveste”. În acest caz, bărbatul nu a știut să primească iubirea femeii. Cerința supremă este ca femeia să-și iubească bărbatul. Nepriceperea de a oferi iubire sau incapacitatea de a face o breșă în zidul ridicat de bărbat îi provoacă femeii o cădere interioară. „Cum reușește el să se descurce

fără iubirea femeii? ” Acest bărbat se va dedica total muncii sale, va iubi natura sau animalele. El se va teme să iubească oamenii. Probabil, această spaimă a adus-o cu el dintr-o viață anterioară. Este posibil să fi iubit pe cineva până la uitare de sine, să nu fi putut suporta iubirea posesivă a aceleia și să fi murit. Sau, el a fost iubit în așa fel încât nu a putut suporta. El nu știe că încercările vieții distrug doar iubirea emoțională. Iubirea sufletească este indestructibilă. Dacă ea a existat de la bun început, încercările vieții nu fac decât să o călească.

Reversul binelui excesiv

Omul pășește pe cărarea fără de sfârșit a vieții lui învățând ce îi este necesar. Deocamdată este spirit, dar vrea să capete trup pentru a învăța lecția de viață a acestei epoci. Vrea foarte mult, dar nu poate, deoarece părinții, prin intermediul căroră dorința lui s-ar fi putut îndeplini, nu-i dau posibilitatea să apară. Ei nu știu acest lucru pentru că nu înțeleg viața.

Aceștia – bărbatul și femeia – au obosit să tot aștepte un copil, acesta fiind scopul lor suprem în viață. De dragul lui ar fi în stare să sacrifice orice. Oricât s-au străduit, minunata lor dorință nu s-a împlinit. Nu au făcut ei, oare, totul pentru ca pruncul să poată apărea? În comparație cu alții, la ei copilul ar fi avut o viață ca în rai. Dorința lor este bună, dar dacă nu are măsură este periculoasă – ei nu știu că o viață ca în rai poate avea doar un idiot. Copilul nu vrea să se nască idiot, el va aștepta și, prin neapariția lui, îi

va face pe viitorii lui părinți să înțeleagă că nu au nevoie de o viață lipsită de sens, irațională.

Acest spirit este suficient de deștept să nu imite ca o maimuță greșelile părinților și să devină proprietatea lor. Știe că acum el stăpânește situația. Sentimentul propriei demnități, căpătat în viețile anterioare, nu îi dă voie să se nască ca o marionetă fără creier, doar pentru distracția părinților. Nevoia lui de a trăi viața reală cântărește mai mult decât strălucirea falsă a unei vieți frumoase.

Aceasta este problema familiilor fără copii, văzută de pe poziția copilului. În realitate, copilul însuși stabilește când să apară la părinții lui concreți și prin venirea sa să le arate cât de adevărat sau de fals este adevărul lor de viață. Copilul vine pentru a fi opusul părinților, în măsura în care reușește să învețe în decursul vieții sale. El este limitat de factorul timp al vieții fizice. Niciun spirit nu-și va asuma o sarcină mult prea nerealistă. El poate spera la mai bine și să nu-l obțină, în principiu știe însă că dorințele lui sunt realizabile.

Orice spirit știe că soarta lui a fost prestabilită de viețile anterioare, dar simte și el nevoia să-și îndrepte greșelile. În ce măsură va reuși să atenueze loviturile sorții, depinde de priceperea lui de a trage din ele concluziile necesare.

Dacă pruncul ar apărea la niște părinți care visează la un bine mult prea mare, el ar trebui să devină foarte rău în accepțiunea comună. El nu dorește acest lucru și nici nu merită așa ceva. Cel care merită, va apare și ca el vor fi tot mai mulți.

Cei care nu au copii trebuie să înțeleagă ce este bine pentru ei și să înțeleagă și faptul că năzuințele lor spre un bine excesiv de mare este un obstacol pentru copil.

Alungă răul din tine

Răul excesiv provoacă îmbolnăvirea fizică a trupului.

Binele excesiv provoacă îmbolnăvirea spiritului, adică boli sufletești.

Întrucât nivelul spiritual determină nivelul fizic, majoritatea celor bolnavi sufletește sunt bolnavi și fizic. Exprimându-ne altfel, răutatea legată de sărăcie provoacă boli fizice, iar răutatea legată de bogăție provoacă boli spirituale. Spaima cumplită de a fi sărac și dorința puternică de a te îmbogăți sunt aproape echivalente cu sărăcia și bogăția. Trageți singuri concluzia, care este mai ușor de lăcut, bogatul sau săracul. S-ar putea ca măcar acum să vă re-evaluați un pic dorințele.

Energia vitală se mișcă pe o sinusoidă astfel încât orice bine crește până la punctul maxim, apoi coboară spre rău până atinge cota cea mai joasă. Apoi iarăși începe să urce spre bine. Viteza urcușurilor și coborâșurilor este determinată de stilul de viață al omului, de reprezentările sau de modul lui de gândire. Orice rău se echilibrează prin binele echivalent și invers. Binele și răul sunt noțiuni relative. Am vorbit tot timpul despre aceasta, dar, în ansamblu, oamenii înțeleg doar în plan teoretic. Din păcate, în vârtelnița vieții teoria se uită și în practică apar judecăți care pornesc de la caracterul iluzoriu al vieții.

Omul își arogă dreptul de a judeca totul pe lume din punctul lui de vedere. Dar vederea lui este tulbură! Oamenii cu tulburări de vedere, tocmai ei, ar trebui să țină cont de faptul că *pentru ei* lumina în care văd viața nu este cea adevărată, altfel ar avea o vedere normală. Cei cu tulburări de auz aud viața fals, cei cu tulburări de miros simt viața fals, cei cu funcțiile motorii afectate merg fals pe cărarea

vieții, etc. Toți au o caracteristică comună – sunt ostili față de viață.

Dacă unul din organele de simț își pierde funcționalitatea, funcțiile lui sunt preluate de alte organe pentru ca omul să poată continua să trăiască, dacă nu și-a pierdut interesul pentru viață. În astfel de cazuri se vede genialitatea omului. De exemplu, la muzicienii orbi, funcția vizuală se transferă și ei percep lumea prin muzică. Modul lor de a vedea lumea este cu mult mai adevărat decât la oamenii așa-zis normali cu vederea lor cupidă. Oamenii cu vederea mai slabă sunt adesea foarte determinați. Ei văd și nutresc doar visul lor și consideră că celelalte părți ale vieții sunt meschine și nu merită să fie văzute de ei. Dacă succesul îi ocolește, dar ei continuă să se bucure de ce au obținut, vederea lor va rămâne stabilă. Dacă însă apare ura pe obstacolele nevăzute, vederea lor se va înrăutăți.

Viața reprezintă mișcare pe calea ispășirii răului. Fără să înțeleagă acest lucru, omenirea declară: „*Dar eu chiar vreau să dispară răul! Răul trebuie îndepărtat, eliminat, izolat, nimic, distrus*”.

Și cine să o facă?

Uitați-vă în jurul dumneavoastră! Cine dintre oameni știe exact ce este rău pentru dumneavoastră și știe să facă în așa fel încât să vă fie mai bine? Puteți să vă îndreptați degetul spre Dumnezeu, stat, politicieni, economiști, conducători, familie.

Nimeni nu știe exact și de aceea nici nu vă poate îndeplini dorința, deși ar dori foarte mult. Și dacă v-ar împlini-o, viața dumneavoastră nu s-ar îmbunătăți substanțial.

E bine doar ce faci tu, cu mâna ta. Ce face altul, nu-ți place.

Uitați-vă la oamenii care au un necaz și vi se va confirma acest adevăr. Doar foarte puțini vă vor fi sincer recunoscători, dacă îi ajutați să se ridice. Își vor continua calea încercând să înțeleagă motivele căderii lor. Majoritatea însă vor începe să caute vinovați și nu vor vrea să înțeleagă că acuzând pe alții, în realitate se acuză pe ei. Ei nu știu să mulțumească din suflet celui care le-a sărit în ajutor, se gândesc numai cum să-l pedepsească pe vinovat.

Trebuie să începem să înțelegem că **răul este pentru fiecare un obstacol scos în calea vieții lui, este obstacolul personal scos în cale numai pentru el.** Aceasta este nefericirea lui pe care el este chemat să o transforme în fericire. Cu cât este mai multă nefericire, cu atât ar putea să fie mai multă fericire, doar dacă am ști să înțelegem viața.

Ne derutează faptul că învățăm odată cu toată omenirea aproape aceeași lecție, fără de care drumul s-ar închide. Fiecare are însă teama lui individuală fără de care nu va face nimic. Asemănarea ne ispitește să avem aceeași măsură ca ceilalți pentru că *asta este mai ușor*. Încă nu am învățat să ne vedem pe noi înșine. Și astfel evaluăm totul pe scala „bine-rău” indiferent că este vorba despre un obiect, un om, familie, guvern sau stat, fără să înțelegem că toate acestea sunt imaginea în oglindă a neînțelegerii omului de către el însuși. Spunem despre țări: dacă sunt foarte dezvoltate economic – este bine, dacă sunt în curs de dezvoltare – este rău, dar nu suntem capabili să înțelegem adevărata lor problematică. Mai mult, cel care are o situație materială bună, se consideră mai bun decât ceilalți, iar cel care este mai sărac, de bună voie se enumeră el însuși printre oamenii de categoria a doua.

Omul e făcut să greșască.

Viața este mișcare, dezvoltare, dobândire de înțelepciune. Cine ia această mișcare drept fericire, acela este *între adevăr* fericit. Dezvoltarea lumii materiale este doar o mică parte din mișcarea vieții. A sosit timpul să fim conștienți de acest lucru și să ne bucurăm de posibilitățile noastre nelimitate. Deocamdată doar învățăm prin suferințe, deoarece nu înțelegem ce este binele și ce este răul. Nu înțelegem cât de rău este binele prea mare.

Vă dau un mic exemplu. Omul vrea ca totul să fie bine și în numele acestui bine se face luntre și punte. Nu știe că în viață nu se poate ca totul să fie prea bun și nici nu trebuie, altfel viața s-ar opri în loc. Frica – *nimeni nu mă iubește* îl obligă să-și dubleze energia. Întrucât se grăbește, greșește. I se arată greșeala și el se simte jignit pe vecie. De la ciudă apare guturaiul. Având tendința să exagereze în toate, omul acesta are o natură extrem de sensibilă. Veșnic supărat, vede în ceilalți niște spioni permanenți care se îndoiesc că el este un om bun. Încearcă să facă cât mai mult bine și se teme să nu cumva să stea vreun minut degeaba. De cum se culcă începe să-i curgă nasul până într-acolo încât se poate chiar sufoca. Edemul și alte umflături sunt provocate de răutatea legată de exagerare. Boala îl face să aibă insomnii ca să aibă timp să se gândească cum să facă și în continuare bine sau să-și dea seama că fericirea nu constă numai în muncă. Boala aceasta nu va trece până când nu se va elibera în suficientă măsură de sentimentul de ciudă și nu va reuși să înțeleagă că nu a gândit corect. Dacă însă el reacționează la o jignire printr-o explozie de emoții, pentru a-l ajuta, i se deschide o supapă de salvare – îi curge sânge din nas, ceea ce previne un final mult mai periculos – hemoragie internă în creier. Boala îl învață pe om să se iubească și pe el în curgerea fără sfârșit a vieții.

Alungă răul din tine

Am vorbit mai sus despre călătorul ce merge pe drumul lin al vieții și, fără să aibă habar de nimic, zâmbește când îi apare în față o prăpastie. Abia după ce a ajuns la fundul ei începe să înțeleagă de ce a apărut pe lumea aceasta. I-a fost dat să fie conștient că a apărut ca, prin durere, suferințe și moarte să facă din rău bine. Răul există. Dacă n-ar fi, n-ar fi nici binele. Greșeala lui constă în faptul că nu a văzut răul. Această greșeală trebuie îndreptată. Naivitatea, comportarea copilărească, negarea răului, refuzul de a avea de-a face cu răul, toate acestea duc la fundul prăpastiei vieții.

Cine iese singur din prăpastie, acela a dobândit înțelepciune. Cel care este ajutat să iasă, va cădea din nou, deoarece nu a înțeles motivul căderii.

Cel mai mult mă deprimă faptul că omul nu înțelege viața.

De exemplu, din dorința de a ajuta, o consultam pe o tânără femeie care nu demult fusese operată de cancer la sân. După înțelegerea ei, ea era întruchiparea bunăvoinței întrucât la nimeni și nicăieri nu vedea ceva rău. Acesta este cuvântul – *nu vedea*. Și nici nu vrea să vadă. „*Doctorii m-au ajutat, dacă se strânge lațul mă vor ajuta și în continuare*” – parcă voia să spună zâmbetul neajutorat și sarcastic al femeii. „*Și la urma urmei toți oamenii sunt muritori*” – rostește ea această sintagmă demonetizată, dar nu e conștientă de sensul ei, deoarece nu este capabilă să înțeleagă că se referă și la ea. „*De ce vreți să-mi puneți eticheta de om rău?*” – este tot ce a reținut ea din discuția noastră. Toate stăruințele mele s-au lovit ca de un zid. Femeia aceasta nu suporta să fie obligată și discuția mea o pune

într-o situație în care trebuia să suporte – acum va fi nevoită să înceapă să gândească. A fost dezamăgită de mine. Se aștepta să întâlnească un tămăduitor cu inimă bună și când colo...

Zâmbetul înțelegător, binevoitor al unei persoane politicoase plus o rezistență interioară foarte puternică, asemeni unui zid de beton, adunate, dau un mare zero. Este foarte greu să-l faci pe om să vadă ce e rău la el. Pentru că el vrea ca totul să fie bun. Negarea răului nu este ca jocul de-a baba oarba când nu sesizezi că există un pericol. Este pură copilărie.

Copiii sunt învățați să cunoască viața – să-și dezvolte gândirea pornind de la experiență pentru ca să crească oameni valoroși. La școală nu se învață însă acest lucru. Procedează cu cap acei părinți care dau copilului posibilitatea să se lovească de greutăți, în limitele puterilor lor.

Părinții care prețuiesc înțelepciunea vieții, îi învață pe copii, cu severitate, dar cu dreptate, pentru ca viața să nu-i învețe cu și mai mare severitate. Omul trebuie să știe din timp ce se cere de la el pentru ca să-și poată dezvolta capacitățile. Părinții care se iubesc știu care este limita ce nu trebuie depășită ca să nu se extenueze copilul și îl opresc la timp. Nu-l vor mâna de la spate pe copilul lor, și așa conștiincios, de dragul gloriei și onoarei.

Părinții care se iubesc nu-l vor răsfăța niciodată peste măsură. Subconștientul le va spune care este limita pentru a nu cădea în extreme, deoarece pe ei nu îi mână setea de câștig. Acești părinți **nu pretind un comportament demn, pentru că ei înșiși au din plin propria demnitate** – ei trăiesc și îi lasă și pe copii să trăiască. Un părinte demn nu-și va obliga copilul să trăiască cum îi poruncește el, ci îi va spune: „*Ascultă, dragul meu, am și eu defectele mele*

Alungă răul din tine

care m-au făcut să sufăr mult și vreau să nu se întâmple la fel și cu tine. Dar dacă tu vrei să faci cum am făcut eu, să știi că nu te pot împiedica decât într-un singur fel – să te pedepsesc". Recunoașterea sinceră a defectelor îl ridică pe părinte în ochii copilului.

Nu este permis ca din iubire sufletească să alinți peste măsură. Altfel, iubirea maimuței nu cunoaște limite. Iubirea va crește pe măsură ce crește setea de a câștiga. Creșterea necontrolată va depăși imperceptibil limitele realului și îl va distruge pe copil. Aceasta va și fi limita. Nici o nefericire nu vine fără să te avertizeze, avertismentul fiind gândurile noastre rele.

Scopul final este totdeauna o limită.

Limita ține libertatea în lanțuri.

Cel care, pe cărarea vieții, va prefera, în locul mișcării, un scop pe care l-a visat, acela, chiar dacă e posibil ca scopul să se realizeze, va pieri imediat, deoarece finalitatea înseamnă curmarea vieții. Fericit cel care știe să se bucure de încheierea unei etape de viață și să salute începearea alteia noi.

Bărbații și femeile văd lumea în mod diferit. Feminitatea este capacitatea de a vedea ce se vede, adică lucrurile mărunte ale vieții din care fac parte toate obiectele lumii materiale, fie el un nasture sau un zgârie-nori. Masculinitatea este capacitatea de a vedea ce nu se vede, adică lumea imaterială cu ideile ei, cu planurile ei și cu activitatea depusă pentru realizarea lor. Orice plan făcut de bărbat devine parte a lumii femeilor unde începe imediat să fie evaluat.

Dacă femeia iubește bărbatul și bărbatul iubește femeia, ei își vor uni viziunile într-un tot. În lumea femeilor există limite, în timp ce în lumea bărbaților nu. De aceea

femeile visează scopuri minunate, iar bărbații idei. Stabilirea unor obiective nerealiste, adică prea mari, duce la suferințe fizice.

Cine își stabilește drept scop mișcarea pe drumul vieții, unde va exista totdeauna ziua de mâine cu binele și cu răul ei – și răul trebuie îndreptat în fiecare zi – *acela va întruchipa mișcarea*. Comoara lui cea mai de preț va fi înțelepciunea vieții.

Cine își va fixa drept scop să dobândească, fie ele bunuri spirituale sau materiale, acela începe să se grăbească și nu va băga de seamă că scopul se va mișca odată cu el, adică **nu va dobândi niciodată ce a dorit**. Chiar dacă dobândește ceva, niciodată nu va fi acel ceva care îi trebuie lui, dorințele cresc proporțional cu graba până când corpul va fi oprit din goana lui de boli, pentru ca, în sfârșit, omul să-și găsească timp să mediteze.

Trăim într-o lume materială în care bărbatul și femeia pot să constituie un tot unitar cu contururi materiale, dar în esență să fie o mișcare fără de sfârșit. Bărbatul merge înainte luminând drumul ca o rază de lumină. El se grăbește, aceasta este firea lui. În urma lui vine femeia. Ea se uită în jur să cerceteze situația, iar el, din cauza ei, e nevoit să-și încetinească pașii. Dacă n-ar fi așa, în graba lui, bărbatul s-ar răni mortal. În zare se profilează lecțiile de viață ale omenirii, mari și mici, pe care această pereche le va întâlni în drumul ei. Pentru a înțelege totul trebuie să se grăbească încet.

Unul vede în adâncime, celălalt – în lățime. Iubirea le va strânge într-un tot unitar unde fiecare lucrător își va ocupa locul cuvenit. Înțelepciunea de viață a acestor călători constă în răbdare, nu în suferință. Scopul lor este viitorul. Ei sunt oameni, nu sunt îngeri, și acest lucru îl știe cel

Alungă răul din tine

care merge în urma lor – copilul care va apărea curând pe lume.

Prin părinții lui copilul va afla că tot ce există pe lume este necesar. El va începe să înțeleagă că chiar și un gând oarecare, ne mai vorbind de fapte, are două fațete – una bună și una rea. Simțul responsabilității, care mișcă omenirea înainte, poate să-l îngroape pe om atunci când devine peste măsură de mare. Frica îi dă omului senzația de pericol, un fel de instinct de conservare. Dacă frica crește peste măsură, ea atrage răul care distruge. Pentru a învăța lecțiile civilizației actuale, omul trebuie să fie pregătit de luptă. Această stare este asigurată și este reglată de către răutate. Amplificându-se, răutatea îl distruge și pe el și pe alții. Învățând să vadă totul în unitatea binelui și răului, omul va căpăta echilibru, sănătate și fericire.

Fericit poate fi numai acela care își îndreaptă iubirea sufletească către tot ce există. Către Unitatea Supremă. Către Dumnezeu.

Copiii se nasc dintr-un sărut

Când eram tânără, așa credeam. Mai târziu, după ce am studiat cu seriozitate medicina, nu mi-am schimbat părerea. Nu aveam nevoie de alt adevăr. Acum vreo zece ani se făceau glume pe seama unui filosof răsăritean care în învățătura lui spunea că sărutul este forma cea mai intimă a iubirii. Pe vremea aceea nu aveam o părere proprie, dar acum pot să spun că avea dreptate.

Cum pot să afirm acest lucru? M-am convins, tratând femeile fără copii.

Femeile din prima grupă au rămas gravide imediat după prima consultație. Le-am explicat greșelile din modul lor de gândire, din cauza cărora în subconștient s-a fixat următorul mod de a pune problema: *oricum nu o să am copii: eu sunt o mamă rea, copilul se va naște bolnav; nu am condiții materiale să îl cresc, de aceea nu-l doresc, trebuie să aștept vremuri mai bune etc.* Toate fricile acționează asupra unei porțiuni din corp, blocându-i energia și copilul nu poate fi conceput; chiar dacă este conceput, el nu se poate dezvolta fără energie și odată cu prima menstruație părăsește uterul. Lucrul cel mai important este să știi să iubești și să speri în gândirea sănătoasă a bărbatului în probleme economice. Le-am convins că în soț trebuie văzut binele. După câteva zile sau săptămâni ele au rămas însărcinate.

Femeile din cea de a doua grupă au rămas însărcinate după șase luni. Mai întâi ele au trebuit să trateze procesele inflamatorii și consecințele acestora. Tot timpul am spus apăsător ce este mai important – iubirea face minuni. Recunoaște că ai gânduri rele, eliberează-te de ele și iubește și atunci totul va fi bine. Am atins struna din sufletul lor, care în subconștient deja vibra. Majoritatea au avut o sarcină normală. Doar câteva au pierdut sarcina – erau femei autoritare, isterice, fără simțul maternității. Prin plecarea lui, copilul le-a dat de înțeles că se teme de o astfel de mamă și preferă să se ducă.

Imediat a venit întrebarea: „*Dar spiritul inteligent al copilului prevede totul. Atunci de ce să mai apară, în general vorbind?*”

Alungă răul din tine

Spiritele au o nevoie imensă de a căpăta înțelepciunea vieții fizice. Dar, întrucât omenirea împiedică mersul natural al vieții prin anticoncepționale, ele au posibilități de alegere extrem de reduse și acest lucru le obligă să se grăbească. Spiritele învață, din lipsă de experiență greșesc și această lecție înjumătățită și dureroasă le vine în ajutor. Ele speră în mai bine, dar o mamă care își găsește timp pentru a-și schimba modul de gândire numai pentru a rămâne însărcinată și după aceea redevine aceeași, îl sperie pe copil. Majoritatea celor plecați erau băieți și n-au suportat setea de câștig a mamei și agresivitatea ei față de sexul masculin.

Majoritatea femeilor moderne apelează la simțul de responsabilitate al bărbatului, pentru că ele poartă sub inimă copilul acestuia și de aceea soțul este obligat să-i facă toate capriciile. Copilul, care nu vrea ca tatăl său să fie umilit din cauza lui, pleacă. Pentru copil, iubirea este libertate și mai degrabă se sacrifică el, decât să facă pe altul să se chinuie în sclavie.

Din cea de a treia grupă fac parte femei cultivate, inteligente, intelectuale. Adesea sunt femei de afaceri. Ca toate celelalte, ele se împart în două categorii. Pentru unele munca e mai presus de orice, nu suportă bărbații afemeiați. Timpul înseamnă bani. Gândurile sunt date pentru a face bani, nu-i așa? Copilul și mentalitatea de consumator nu sunt compatibile. Nimic de valoare nu poate fi creat în grabă. Copilul știe că, dacă s-ar naște din astfel de părinți care gonesc orbește după bunuri materiale, el de fapt ar rămâne fără părinți și de aceea nici nu vine.

Din cea de a doua categorie fac parte femeile servile și răbdătoare. Sarcina și succesul — e bine, dar vocea interioară le spune că un copil ar fi și mai bun. Comunicând cu

spiritul viitorului copil, femeia află de la el ce defecte are. Pe unele le învață să fie echilibrate, pe altele să cedeze; le învață ori să facă prăjituri, ori să tricoteze, ori le învață să iubească pe viitorul tată, să-și corecteze greșelile etc. Multe dintre ele au avut mai mulți parteneri și asta nu-i place copilului nenăscut, pentru că el vede că mama lui încă nu a învățat să iubească pe tatăl lui. Și așa mai departe.

Femeile rămân uluite. Ele nu consideră că defectele lor sunt defecte. Spiritul copilului spune clar că o astfel de femeie nu s-a maturizat pentru maternitate.

Pe femeie o fac femeie sentimentele. O domnișoară naivă *încă* nu este femeie. O femeie de afaceri care se gândește la afaceri profitabile *deja* nu mai este femeie. O tânără îndrăgostită, care iubește până și defectele alesului ei, poate foarte ușor să rămână însărcinată. Dacă i s-ar permite să nască. Din păcate, părinții, indignați, îi cer într-un glas să scape de copil.

Sarcina simbolizează materializarea iubirii. Dacă femeia îi dăruiește bărbatului iubirea ei sufletească, bărbatul este capabil să-i dea femeii dragostea fizică. Și atunci, în femeie se deschide iubirea fizică, iar în bărbat se trezește dragostea sufletească.

Organele genitale sunt formate din țesut moale, prin aceasta ele exprimă esența mamei – modul ei de raportare față de lume.

Subliniez. Chiar dacă sănătatea țesuturilor moi ale fiecărui om depind de mamă, el, omul, stabilește dacă își va amplifica sau micșora negativitatea mamei.

Tot ce există este o unitate a contrariilor, deci orice întreg are o parte feminină și una masculină.

Alungă răul din tine

Sarcina se dezvoltă în uter. Uterul ca întreg se relaționează simbolic cu mama = maternitate.

Cum este uterul așa este și mama. Și așa veți fi și dumneavoastră ca mamă. Jumătatea stângă a uterului exprimă atitudinea mamei dumneavoastră față de sexul masculin, Jumătatea dreaptă exprimă atitudinea față de sexul feminin. Peretele anterior al uterului exprimă viața sentimentelor mamei, peretele posterior exprimă forța voinței ei. În partea superioară a uterului sunt concentrate problemele legate de viitor și de spiritualitate, în partea inferioară – problemele legate de trecut și de economic. Respectiv, starea cavității uterului exprimă gândurile ascunse ale mamei. Lupta înverșunată pentru viață și de asemenea rușinea și răutatea din cauza sexualității copiilor se exprimă în uterul fiicei sub forma unei noi formațiuni care va sângera, dacă mama va continua să lupte, și va sta în stare latentă, dacă mama nu va vrea să audă nimic despre problemele fiicei ei. Dar dacă mama este închisă în ea, își ascunde neștiința și rușinea, iar fiica amplifică în ea această trăsură de caracter, fiicei i se va întrerupe ciclul menstrual.

Simțul exagerat al maternității este o feminitate exagerată, sau o emotivitate exagerată, sau acumularea unui surplus în uter, adică apariția tumorilor. Cu cât maternitatea exagerată este mai evidentă, cu atât miomul va crește în afară provocând așa-numitele noduri pe picioare. Cu cât maternitatea exagerată este mai ascunsă, adică cu cât femeia are mai puține posibilități de a-și manifesta maternitatea, cu atât mai mare va fi tumora care va crește în cavitatea uterină.

În timpul sarcinii, locul unde se fixează placenta arată cu ce se hrănește de preferință copilul. Dacă placenta se prinde de peretele anterior al uterului - copilul se hrănește

din forța sentimentelor mamei, dacă se prinde de peretele posterior – forța voinței mamei este mai puternic dezvoltată. Dacă mama consideră că în educația copiilor condiția cea mai importantă este bunăstarea materială și pentru asta și ea și soțul ei investesc toată ziua, fără să se gândească la cerințele sufletești ale copilului, placenta se va prinde în partea inferioară a uterului și pentru nașterea copilului va fi necesară cezariana. În caz contrar ar putea muri amândoi. În condițiile actuale, locul de prindere a placentei se stabilește prin diagnosticare ecografică. Prin îndreptarea modului de gândire se poate modifica poziția incorectă a placentei.

La organele genitale ale femeii, ca sistem unitar, partea feminină este reprezentată de trompă, iar partea masculină de ovare. Starea lor poartă informații foarte importante despre influența pe care mama tinde, prin concepțiile ei de viață, să o aibă asupra membrilor familiei:

- sănătatea trompei drepte ne spune ce relații vrea să vadă mama între fiica ei și sexul masculin;

- sănătatea trompei stângi arată ce relații ar vrea să vadă mama între fiica ei și sexul feminin;

- sănătatea ovarului drept arată care este atitudinea mamei față de fiul ei;

- sănătatea ovarului stâng arată care este atitudinea mamei ei față de toți bărbații, inclusiv soțul ei și ginere.

Dacă organul este îndepărtat chirurgical, aceasta ne arată o atitudine negativă a mamei, care la fiică s-a amplificat și, ca urmare, negarea în gând s-a transformat în negare materială.

Sarcina extrauterină apare atunci când femeia nu dorește să împartă cu nimeni copilul. Vorbește gelozia ma-

ternă din ea, care se împotrivește ca cineva să atenteze la copil.

Pentru o sarcină normală, la femeie trebuie să existe fizic uterul, trompa și ovarul.

Ovulul se maturează în ovar. Când se apropie momentul maturării ovulelor, trompa se apropie de ovar și capătul franjului coboară pe suprafața ovarului. Ovulul maturat este aspirat în capătul deschis al trompei și, prin mișcarea ei ondulatorie, se îndreaptă spre uter, acesta fiind deja pregătit pentru sarcină. Tot acolo, în trompă, ovulul se întâlnește cu spermatozoizii în mișcare și unul dintre ei îl fecundează. Sarcina, care începe rapid să se dezvolte, se mută în leagănul maternității – în uter, care este făcut pentru a aștepta și a iubi pe cel pentru care a fost creat – copilul.

Uterul femeii arată, fără să se vadă, care este atitudinea față de maternitate a mamei unei femei, în speță față de maternitatea fiicei ei. Există mame care doresc ca fiica să rămână însărcinată și există și mame care, din principiu, sunt împotriva. Reprezentările fiecărei mame depind de experiența și de convingerile ei. Majoritatea admit ideea ca fiica lor să fie însărcinată, doar dacă sunt respectate niște condiții importante pentru mamă. Uterul fiicei arată cum decurge viața unei fiice care și-a însușit modul de gândire al mamei, dacă l-a corectat sau dacă l-a amplificat. Dacă mama neagă sexualitatea, atunci și uterul ei va respinge sexualitatea, în speță sarcina.

Multe femei și mulți bărbați nu au defecte fizice și cu toate acestea rămân fără copii. De ce nu poate un bărbat să fecundeze o femeie, ce împiedică unirea spermatozoidului cu ovulul?

Am avut odată ocazia să aflu cum se face contactul dintre ovar și ovul la o femeie fără copii. S-a petrecut în

afara timpului și spațiului obișnuit. În ovarul drept se vedea un ovul maturat. Trompa s-a apropiat de ovar, ca de o tânără frumoasă. Capetele franjului au coborât ca niște degete pe suprafața ovarului și trompa s-a întărit așteptând ca ovarul = bărbatul să-și facă treaba. Era ca un fel de muncă individuală, când fiecare își face partea lui. Capsula ovarului a încremenit de spaimă, s-a încordat și presiunea ei internă a început să crească. Suprafața ovarului a început să se rupă sub presiunea internă și să expulzeze ovulul. Speram să văd cum ovulul intră în trompă, dar spre uimirea și amărăciunea mea, ovulul eliberat, împreună cu lichidul care îl înconjura, a alunecat pe lângă. Trompa nu a observat – era interesată de altceva. Eram uluită. Organele unuia și aceluiași corp se comportau ca niște persoane străine sau, cu alte vorbe, femeia și bărbatul din el se comportau ca niște străini.

Ce însemna acest lucru?

Trompa și ovarul drept arătau relațiile reci dintre femeie și fratele ei. Ea nu învățase să se poarte tandru cu fratele ei, nu învățase, prin fratele ei, să fie femeie. La această femeie nici trompa stângă nu se apropiase nici ea nicio dată foarte mult de ovar și toate ovulele se îndreptau spre cavitatea abdominală și piereau. Așa erau și relațiile femeii cu tatăl ei – reci și înstrăinate. Mama acestei femei nu știuse să-și iubească soțul și de aceea atmosfera din familie era rece și calculată. Fiica ei nu știuse să-și iubească tatăl și fratele și nici bărbații în general. Ea nu știuse să devină un tot unitar cu bărbatul. În timpul ovulației, expulzarea ovulului seamănă la aceste femei cu o explozie, ceea ce poate duce la hemoragia ovarului și femeia ajunge pe masa de operație.

Alungă răul din tine

Foarte curând am avut posibilitatea să compar ce am văzut cu funcționarea organelor la o femeie care are deja trei copii. Trompa ei dreaptă s-a îndreptat spre ovar, ca o zână bună și a încremenit în așteptarea fremătândă a iubirii. Peste o clipă, ovarul s-a scuturat – primise chemarea – **și a început să se ridice spre trompă**. S-au unit rapid și lin, ca o îmbrățișare între îndrăgostiți. În această unire exista o forță uimitoare care nu le dădea voie să se dezlipească. Tensiunea excitației creștea și deodată capătul inferior al trompei a început să elimine o substanță lipicioasă care, după ce a ermetizat locul de îmbinare, s-a răspândit pe suprafața ovarului. Sub acțiunea fermenților conținuți în gluten, pelicula din jurul ovulului s-a dizolvat și *ovulul expulzat* a fost aspirat, ca un vacuum, în adâncul trompei.

În aceeași clipă am înțeles: **a fost forța sărutului care a dus la eliminarea din capătul trompei a unei substanțe lipicioase asemănătoare cu cea secretată de buze în timpul sărutului**. Trompa acestei femei s-a lipit de ovar prin sărutul iubirii. Sărutul trompei a fost fecundat. Iubirea a contribuit la secreția de fermenți care au eliminat obstacolul din calea lor. Trompa stângă se ținea mai încordată și mai temătoare, dar se mișca înspre înainte cu iubire și cu tandrețe, cerând parcă voie și bucurându-se că nu aude un refuz. Părinții acestei femei erau în divorț: mama interzisese orice discuție despre tată, fiica însă trăia visând la iubirea tatălui ei. Încă de când era copil visa să se așeze pe genunchii lui, să-l strângă tare-tare în brațe și să-i sărute fața pentru a șterge de pe ea expresia de îngrijorare. Treacănd peste toate, fiica păstrase în sufletul ei figura luminoasă a tatălui.

Dacă femeia știe să-i transmită soțului, odată cu sărutul, toată iubirea ei sufletească, trompa va face același lu-

cru. Este o trompă sănătoasă a unei femei sănătoase. Am privit în spirit cum sărută femeile care nu au copii și când le-am descris ce anume vor ele să spună soțului prin sărutul lor, au fost foarte mirate. Cel mai adesea, sărutul exprimă obișnuință, așteptare, dezamăgire, îndârjire, deznădejde, ordin, obligație, respingere, simțul datoriei, saturație, aer glumeț, imitarea scenelor amoroase din filme. În relațiile matrimoniale, devenite banale, merge și fără săruturi. Se poate face sex și fără ele. Priceperea de a săruta pornește din copilărie și, indiferent de sex, exprimă iubirea sufletească.

A devenit foarte la modă să faci sex fără iubire. Se poate aplica o cremă pe buze, se pot unge organele sexuale, se poate face copil în eprubetă, dar nu este normal. Corpul spiritual și corpul fizic al omului au nevoie să fie corect hrănite. Secrețiile naturale, care atestă o funcționare corectă a corpului, trebuie să aibă posibilitatea să iasă. În caz contrar, ele devin nocive. Toate mijloacele posibile de stimulare artificială, deși pot provoca emoții, nu pot însă să contribuie la o legătură naturală.

Dacă femeia are o atitudine extrem de negativă față de sex și îl evită cu spaimă, pentru că a avut o experiență neplăcută, este ca și cum de fiecare dată soțul ei ar comite un viol. Mai devreme sau mai târziu, sexul fără iubire va provoca uscarea mucoasei organelor sexuale externe și a vaginului, ceea ce va pricinui chinuri mari. Dacă în neputința și în antipatia ei, femeia începe să-l urască pe soț și să-i dorească răul, i se va dezvolta un cancer la organele sexuale externe. Iar vaginita fiicei ei – contracția spasmodică a vaginului – îi poate afecta acesteia capacitatea de a-și trăi viața sexuală și o poate priva de fericirea maternității. Cu atât mai mult cu cât o astfel de mamă, sub lozinca mo-

ralei, interzice minunata iubire sufletească dintre fiică și tată.

Mama își sărută băiețelul și acesta, prin sărut, învață să iubească femeia. Fetița îl sărută pe tata și învață să iubească bărbatul. **Sărutul este o lecție serioasă prin care omul învață să ofere iubire.** Jucându-se în copilărie de-a iubirea, omul învață ce îl va aștepta la maturitate. Părinții care îi fac pe copii să se rușineze de acest joc, pentru că văd în el a anormalitate, își pierd ei înșiși normalitatea. Frica de perversiuni nu trebuie să strice viața oamenilor. Iubirea sufletească curată se depărtează de tot ce este rău.

Când o inimă sinceră de copil își iubește tatăl, fetița nu trebuie să se jeneze să-l îmbrățișeze, să-l mângâie sau să-l sărute. Odată cu vârsta, mângâierile își vor schimba doar forma de expresie, în timp ce iubirea va rămâne. Iubirea fiicei îl va face fericit și pe tată. Aceasta se exprimă în colaborarea perfectă a trompei stângi și ovar. Iubirea sufletească perfectă între frate și soră, lipsită de o falsă pudoare, nu va deveni niciodată sexuală. Iubirea surorii pentru frate, îmbrățișările și pupicurile sunt expresia căldurii sentimentelor și susținerii reciproce, dar este totodată iubirea femeii pentru bărbat. În felul acesta, fratele învață, prin sora sa, să primească iubirea femeii și aceasta îi va aduce fericirea la maturitate. Ca urmare, colaborarea dintre trompa dreaptă și ovar este perfectă. Cine n-a învățat acest lucru în copilărie, îl sfătuiesc să se întoarcă în gând la anii aceia, să-și îndrepte greșeala pentru a deveni un matur adevărat. Cine nu are frate, să învețe să-și iubească fratele inexistent sau pe fratele care nu a mai venit pe lume din cauza avortului mamei. Cereți iertare tuturor celor care sunt implicați pentru greșelile dumneavoastră și iertați-i. Funcționarea organelor genitale feminine este caracterizată de o permanentă

variabilitate. Femeia însă trebuie permanent să ofere bărbatului iubire sufletească pentru a fi în stare să primească iubirea lui fizică. Organele sexuale ale bărbatului sunt capabile să funcționeze stabil până la adânci bătrâneți. Sănătatea acestora este determinată de modul de gândire al bărbatului, ceea ce depinde la rândul său de atitudinea părinților lui față de viață și de ce mai poate schimba el însuși. Dacă bărbatul este nevoit ca tot timpul să-și demonstreze potența, nu-i va fi dat să se ocupe de sex vreme îndelungată.

Prostata este organul paternității. Sănătatea acestei glande reflectă raportul dintre mamă și soț, dintre mamă și bărbați ca întruchipare a paternității și de asemenea reacția fiului la modul cum vede mama sa lumea. Iubirea mamei pentru soț, respectarea și onorarea lui asigură fiului o prostată sănătoasă. Baza funcționării organelor genitale masculine este o bună irigare cu sânge care să se poată modifica rapid. Această irigare depinde de sentimentul de vinovăție. Sentimentul de vinovăție legat de capacitatea de muncă, de starea materială, de succes, de bărbăție, de iubire și de capacitatea lui sexuală de a satisface femeia înrăutățește funcționarea organelor genitale. Acestea se află în zona care controlează problemele economice.

Paternitatea netrăită duce la mărirea prostatei. Tatăl care nu poate, nu îndrăznește sau căruia nu i se permite să-și manifeste paternitatea, se simte respins și își ascunde durerea sufletească. Foarte puține mame știu să înțeleagă gândurile tatălui și iubirea lui pentru copii. Lumea se deschide pentru copil prin mamă. Este bine când mama este ca o oglindă, dar este rău când ea este o oglindă strâmbă în relațiile ei cu tatăl.

Alungă răul din tine

Dacă femeii îi place forța masculină primordială, ea va atrage bărbatul-atlet.

Dacă femeii îi plac bărbații voinici, dar are o experiență tristă în legătură cu ei, ea nu se va mărita niciodată cu unul ca ei și dacă o va face, se va căi de alegerea făcută.

Dacă femeia simte o senzație de neajutorare, de frică față de slăbiciunea ei și dacă din această cauză se teme să nu se aleagă cu un soț slab, ea va avea parte de un soț slab în aparență, a cărui forță va crește și se va manifesta și exterior, cu condiția ca iubirea soției să depășească frica. Niciun bărbat nu este slab din cauza staturii. Forța bărbaților mici de statură constă în intuiție, un bun-simț genial și forța voinței. Bărbatul capătă forță datorită iubirii și respectului manifestat de soție.

Dacă femeia disprețuiește și urăște bărbații mici de statură sau bărbații prea sensibili, ea va avea parte de mari suferințe de la un astfel de soț. Răutatea femeii va distrage în el ceea ce ea urăște la el. Ca o concluzie, gândindu-se la viața care a trecut, femeia va da din mână dezamăgită și va spune: „*Ah, totdeauna a fost așa!*” Cât dispreț, cât refuz de a-și vedea greșelile se află în această nefericită femeie! Și ce răutate otrăvită! Dar asta poate vedea doar un observator din afară.

Bărbatul, devenit supus din cauza caracterului autoritar al mamei lui, cu greu se hotărăște să se apropie de soție, fiindcă se teme să nu audă din gura ei sentința la moarte: „*Nu te iubesc. Nu am nevoie de tine*”. Experiența căpătată în casă nu le permite tinerilor să se cunoască mai bine. Soțul se apropie de soție pentru ca ea să-l facă bărbat, iar ea așteaptă ca el să o facă femeie. Frica – *pe mine nimeni nu mă iubește* nu-i permite femeii să iubească bărbatul, iar bărbatului să se apropie de femeie și să-și exprime senti-

mentele tare și cu autoritate, așa cum așteaptă ele. Nici el, nici ea nu știu că prin gândurile lor și printr-un comportament contrar dorințelor și înclinațiilor lor, își provoacă suferință. Ei nu știu că bărbatul și femeia se manifestă diferit în toate și că aceste contrarii pot deveni un tot unitar, grație cedării lor reciproce. Apare prima decepție reciprocă ce va crește cu timpul. Femeii nu-i place un astfel de bărbat, iar bărbatul nu are forță pentru iubire.

Primul organ de simț sunt urechile. Ea vrea să audă că lumea are nevoie de iubirea ei. În realitate însă, corpul ei vrea să audă cum iubirea trece prin și din tot corpul ei în corpul bărbatului. Acest transfer este însoțit de un susur. Acest susur îi copleșește pe cei care se iubesc, iese din corp și se îndreaptă spre infinit. Astfel se produce unirea în spirit. Tăcerea lui tandră spune femeii: „*Tu ești femeia iubită de un bărbat și asta te face femeie*”. Pentru ca aceste cuvinte să fie auzite este nevoie de liniște. Treptat femeia începe să simtă că se strecoară cu totul în bărbat. Nu vrea să audă nimic, chiar dacă i se spune ceva, pentru că ea vrea să audă cum se scurge în bărbat iubirea ei. Nici nu e nevoie să audă ceva, pentru că ea, femeia, a auzit ce era mai important – iubirea.

Cel de-al doilea organ de simț sunt ochii și de aceea bărbatul iubește cu ochii. El vrea să vadă adevărul. Pentru bărbat este foarte important să audă și să vadă că e nevoie de iubirea lui, că iubirea lui îi dăruiește fericire femeii. Nu este deloc întâmplător că între organele de auz, văz și iubire se află organul comunicării – gâtul. Indiferent de sex, scurgerea adevăratei iubiri se face prin chakra comunicării. Pentru majoritatea oamenilor, viața familială depinde de priceperea lor de a-și exprima iubirea prin cuvinte, până când vor ajunge să învețe să-și citească gândurile. Dacă

Alungă răul din tine

însă bărbatul simte că este obligat să vorbească, nu mai este liber în iubire.

Frica de a fi înșelat în iubire este foarte mare, atât la femei cât și la bărbați. Frica atrage acel ceva care îl sperie pe om și cuvintele frumoase aici nu mai sunt de folos. În cel mai bun caz, abia peste mulți ani omul va înțelege că aceste cuvinte nu au fost decât emoții.

De obicei, eu le spun femeilor: „*Cum poate să vă spună soțul că vă iubește, dacă el într-adevăr vă iubește?*” Cuvintele exprimă doar emoții. Eliberați-vă de răutate și de spaima că *nimeni nu vă iubește* și atunci veți înțelege.

Bărbatului i-a fost dat rolul de vinovat, femeii – rolul de acuzator. Chiar dacă femeia nu se hotărăște să-și exprime părerea și în loc de asta se priește și face nazuri, oricum influențează sexualitatea bărbatului pentru că subconștientul fixează orice umilință în cea de-a doua chakră. Ce este în bărbat de la mama sa atrage același lucru în soție.

Compoziția și viteza de deplasare a fluidelor din corp depind de funcționarea inimii și, prin aceasta, de sentimentul de vinovăție. Dacă acest sentiment crește, fluidele se îngroașă. Același lucru se întâmplă și cu sperma. Ca urmare, cantitatea de spermă scade. Pe măsură ce sperma se îngroașă, mișcarea spermatozoizilor se încetinește până încetează total. Treptat, spermatozoizii încep să moară. La început li se modifică forma, apoi li se atrofiază codițele și în final se descompun. Disperarea bărbatului și răutatea pe propriul corp accelerează acest proces. O astfel de spermă nu este bună pentru fecundare.

Această impotență ascunsă se va dezvolta, mai devreme sau mai târziu, în incapacitate de a avea relații sexuale. Ereția membrului depinde de modul cum circulă sângele

în organele genitale. Arterele înseamnă femeia. Membrul începe să slăbească atunci când sângele care l-a irigat trece în vene. Venele înseamnă bărbatul care are satisfacție din împlinirea dorințelor femeii. Prin urmare, funcționarea organelor sexuale masculine depinde în totalitate de modul cum se manifestă femeia în bărbat. Cu alte cuvinte, funcția sexuală a fiului este determinată de atitudinea mamei față de tatăl său.

Dacă mama se comportă ironic față de însușirile sexuale ale soțului, testiculele nu coboară. Băiatul care se teme să-i arate mamei sale podoabele lui bărbătești – dacă o să râdă de el? – rămâne cu testiculele necoborâte. O umilință trăită într-o viață anterioară, sau invers, umilirea soțului poate deveni o datorie karmică ce va trebui plătită. Femeia care râde de bărbatul ei, își direcționează preaplinul de iubire către fiu și prin cocoloșirea lui excesivă poate să-i sperie ființa lui masculină până într-acolo încât el să aibă organe genitale anormal de mici. Mama care îl mângâie cu tandrețe pe bebeluș pe fundulețul gol este chiar iubirea. Iar mama care se jenează de însemnele sexuale goale ale băiețelului ei, îl poate speria pe copil pentru toată viața.

Frica ține creșterea pe loc, răutatea o mărește – această regulă se aplică la toate. La bărbații activi și agresivi, membrul și testiculele sunt mai mari decât la bărbații temători și modești. Cel care devine însă excesiv de agresiv se va îmbolnăvi.

Bărbatul, care chiar și în decepțiile lui sexuale

- caută vina la femei,
- găsește că femeile sunt vinovate,
- este convins că femeia este vinovată,
- consideră că toate femeile sunt la fel de rele,

Alungă răul din tine

– simte că din cauza aceasta este nevoit să sufere, se alege cu o inflamare a organelor sexuale. Dacă răutatea se amplifică, apare o boală mai gravă.

La băieți, bolile virotice dau adesea complicații la organele genitale. Dacă mama nu se poate descurca prin oricare alt mijloc cu tatăl lui, ea, prin cuvinte sau gânduri, îl va lovi mai jos de brâu – în locul cel mai vulnerabil pentru bărbat. Felul răutății materne determină natura complicației:

- oreion – răutate din neputință,
- vărsat de vânt – bucurie răutăcioasă (la necazul altuia),
- gripă – depresie.

Cu cât răutatea este mai mare, cu atât boala este mai grea. Dacă părinții se ceartă și își varsă răutatea prin țipete, pe copil începe să-l doară gâtul. Cu cât se va depăși mai mult măsura, cu atât mai puțină răutate se va arde în timp ce ei se ceartă și cu atât mai mult boala se va complica. Răutatea provocată de excese provoacă edeme. Dintre bolile care duc la complicații, cea mai gravă este, din acest motiv, oreionul, deoarece cel care se simte înfrânt nu este capabil să se elibereze de răutate. Învingătorul devine, prin victoria sa, mărinimos, în timp ce învinsul adună în el răutate, așteptând un moment prielnic.

Cereți iertare corpului că n-ați știut să-l ajutați la timp, că n-ați știut să vă identificați lecțiile de viață. Iertați greșelile mamei și tatălui dumneavoastră.

Exemplu din viață

Examinam odată anatomia și fiziologia unei femei fără copii. Mi-a atras atenția un aspect oarecum neobișnuit. De regulă, femeile nu știu să iubească bărbații, dar, la această femeie, ovarul stâng era ca un bărbat căruia îi place viața și munca, băiat bun și muncitor la prima vedere, dar care n-a văzut femei. Trompa stângă era ca o femeie tristă care îl privește melancolic pe tatăl ei. Tatăl este urmărit cu vigilență de mama ei, în aparență o femeie de mare moralitate, dar în esență geloasă. Am pătruns cu privirea în ovarul fiicei ca să-l văd pe tatăl ei.

Primind o educație foarte severă, la maturitate el a devenit un om minunat din toate punctele de vedere și respectabil, dar pe soția lui o deranja ceva inexplicabil, care pe nesimțite se transformase în gelozie. Ea nu știa să spună că soțul ei îi refuză iubirea, deoarece nu mai avusese o experiență asemănătoare cu alți bărbați. Fiind oameni cuviincioși, amândoi s-au cufundat în treburile lor. Femeia a început să se ferească tot mai mult să iubească. Sensul vieții devenise munca, copiii fiind deja născuți la vremea aceea.

Ovarul stâng al fiicei era exact tatăl ei, care vedea totul, știa totul, dar nu-i dădea prin gând să privească în el și să scoată de acolo ce este mai prețios decât orice în viață — iubirea sufletească. Când fiica lui, micuță, i se așeza pe genunchi ca să-l iubească, el, legănând-o, vorbea cu altcineva despre probleme mult mai importante. În această familie model raporturile erau, în realitate, înstrăinate și încordate. Iubirea fiicei nu era necesară și ea se învățase să

se rețină, presupunând că așa îi face plăcere tatălui ei. Soțul se alege după asemănarea tatălui. Sărutându-și soțul, soția reacționează cu foarte multă sensibilitate când gândurile lui zboară cine știe unde. Acest lucru o jignește. Ea simte că el nu are nevoie de iubirea ei și se reține, fără să înțeleagă că trebuie să-și sărute soțul altfel, cu foc, fără să-și rețină pasiunea. Soțul ei este copilul care s-a închis în el și care a suferit din cauza mamei, dar a cărui încredere în femeii poate renaște în orice moment. Din fericire, soția lui este suficient de deșteaptă și răbdătoare.

Orice efect are o cauză. La paisprezece ani, tatăl era deja un voinic, cu un simț al propriei demnități foarte ușor de rănit, așa cum se întâmplă cu copiii maturizați prematur și gravi. Cândva și-a zdrobit degetul mare de la picior. Copilul răbdător nu a mai putut să rabde singurătatea, avea nevoie de dragostea maternă și de mângâieri. Mama a fost însă surdă la durerea lui și a trecut pe lângă, declarând că un bărbat nu trebuie să se vaite pentru orice fleac. Nu era pentru prima oară, acesta era stilul de viață în familie. El îi implora mamei iubirea pe care o merita, fiind ascultător, și pentru că nu a primit-o, s-a închis pentru totdeauna în fața iubirii unei femei. Dacă nu mi se dă, nici n-am nevoie. Cum-necum, o să mă descurc eu și singur. Această hotărâre gravă și definitivă constituie o autoliniștire pentru mulți oameni dezamăgiți.

Cercul s-a închis. Indiferența bunicii față de bărbați s-a manifestat în lipsa de copii a fetei băiatului ei. Și un băiat va aștepta mult și bine ca viitoarea lui mamă să îndrepte greșelile a trei generații prin eliberarea de propriile stresuri.

Ghid de viață

Corpul nostru este un fel de ghid. Citindu-l, omul trebuie să-și dezvolte gândirea pentru a-l putea înțelege mai bine și a-l utiliza corect. Cred că și dumneavoastră ați înțeles deja acest lucru. Indiferent despre ce parte a corpului este vorba, acest ghid ne spune un singur lucru. Trebuie să învățăm limbajul corpului nostru.

1. Să ne uităm la mâini. Ce ne spun ele? Ne vorbesc despre comunicare

Mâinile pornesc din corp la nivelul chakrei comunicării și, prin urmare, sunt în legătură cu verbele „a da” și „a primi”. Partea stângă se corelaționează cu tata și întregul sex masculin și de asemenea cu economicul și cu trecutul. Partea dreaptă – cu mama și sexul feminin, cu sentimentele și cu viitorul. Scheletul este tatăl, țesuturile moi – mama. Dacă se îmbolnăvesc țesuturile moi de pe partea stângă, înseamnă că mama, cu răutatea ei, s-a amestecat în jumătatea tatălui și conduce acolo după cum vrea ea. Dacă sunt afectate oasele din jumătatea dreaptă, atunci tatăl s-a amestecat în jumătatea mamei să conducă cum vrea el. Omul poate fi nemulțumit și de cât a dat și de cât a primit.

Mama se reduce la tot ce e de gen feminin, tatăl – la tot ce e de gen masculin.

Noi am apărut pe lume pentru a îndrepta părțile rele ale părinților noștri. Dacă nu ați făcut acest lucru, înseamnă că ați amplificat greșelile părinților și de aceea sunteți predispuși la o boală. La om, boala apare întotdeauna ca urmare a propriilor lui greșeli.

Alungă răul din tine

Dacă în momentul de față sunteți sănătoși, începeți să vă schimbați reprezentările de viață. Negativitatea dumneavoastră vă prestabilește viitorul.

În accepțiunea obișnuită, mâna unui om bun și frumos trebuie să aibă degete lungi, flexibile și frumoase. Degetele flexibile se îndoaie cu ușurință spre exteriorul mâinii. Un om hrăpăreț și interesat are palma lată, iar degetele sunt aduse spre interior ca un cârlig, să poată prinde mai ușor. Primul tip de mână este caracteristic pentru tineri deoarece universul gândurilor lor este deocamdată pur și faptul că nu știu să se teamă exclude agresivitatea de ordin economic. Cu cât setea de câștig crește mai rapid și cu cât răutatea acumulată în urma insucceselor este mai mare, cu atât mai rapid se modifică și forma mâinilor. Degetele care s-au scurtat bolnăvicios arată că omul face economie cu răutate, dar ascunde acest lucru, și că este avar. Degetele deformate ca un cârlig arată o sete de câștig care nu ține cont de principiile unei vieți oneste, fără derapaje. Există forme foarte diferite de modificare a aspectului mâinii. În principiu, cuvântul care caracterizează schimbarea formei mâinii caracterizează și particularitățile poftei respective de câștig.

De exemplu, dacă la un om generos, generozitatea lui este dictată de dorința de a merita să fie iubit, el va începe să fie exploatat de ceilalți. Răutatea „*N-o să mai dau*” provocată de decepții, pe care el însă o ține ascunsă, îi va urâți degetele, fine până atunci, prin formarea unor pliuri zbârcite la articulațiile acestora. Iată cum un om frumos și generos încetează să mai fie frumos din cauza apariției setei de câștig. Doar un corp foarte puternic doarește să-l abată pe om de la un drum greșit. Setea de câștig

îl face să muncească și în cele mai inumane condiții – important este să fie bine plătit. Și aceasta lasă urme pe mâini.

Unghiile sunt un fel de fereastră simbolică spre lumea comunicării sau cum vede omul lumea.

Lungimea unghiilor – vederea în lărgime a vieții sau vederea feminină a lucrurilor mărunte, înțelegerea materialistă a vieții.

O lungime naturală a unghiilor înseamnă vederea în adâncime sau vedere masculină.

În vârtejul vieții, femeile devin asemănătoare cu bărbații și bărbații cu femeile și aceasta se manifestă prin modificarea formei unghiilor. Cu cât unghia este mai lată și mai scurtă, cu atât modul de a vedea lumea este mai material și mai limitat din punct de vedere spiritual. O unghie tare și elastică înseamnă o fereastră solidă și flexibilă către lume. O unghie moale și friabilă – un mod moale și friabil de a vedea lumea. O unghie care se îngroașă – urâtirea vieții din vină proprie, dispariția interesului față de viață și apariția senzației de nonsens. Un astfel de om are cu siguranță și o vedere slabă.

Uitați-vă la fiecare deget în parte și trageți singuri concluziile. Aceia, la care unghia de la degetul mare este mare și lungimea ei depășește lățimea, pot să tragă mai ușor concluziile necesare, datorită faptului că au moștenit de la tată o capacitate mai mare de a raționa. Cei care au unghii scurte și late la degetul mare, trebuie să-și dezvolte conștient gândirea logică, altfel viața le va fi grea.

Degetul mare este tata, arătătorul – mama, mijlociul – dumneavoastră înșivă, inelarul – frați-surori, degetul mic – oamenii. Pernuța palmei – tata, palma – mama. O pernuță puternic dezvoltată arată caracterul puternic al tatălui. O palmă mare, adâncă și moale demonstrează aceleași cali-

Alungă răul din tine

tăți la mamă, în brațele căreia ne simțeam în siguranță. Mâna dreaptă ne arată comunicarea cu sexul feminin, stânga – cu sexul masculin. Uitați-vă care este distanța dintre capetele degetelor strânse și întinse și veți înțelege cât de apropiate sau de reci sunt relațiile dumneavoastră cu oamenii respectivi. Strâmbarea degetelor arată de cine ați vrea să fiți mai apropiat și de cine vă țineți la distanță. Uitați-vă la cicatrici, deformări și la degetele lipsă și trageți concluzia în legătură cu răutatea începută de la părinți și amplificată de dumneavoastră. Vă reamintesc, articulația este mama care face bărbat din tatăl dumneavoastră – un suport solid în viață. Dacă articulația este deformată – este răutatea mamei pe slăbiciunea tatălui, care la dumneavoastră s-a amplificat.

Tata este baza solidității vieții dumneavoastră fizice. Degetul mare flexibil și puternic este tatăl care are aceleași calități. Degetul mare rămâne în urma celorlalte pentru că tatăl merge, se află pe drum.

Dar dacă întindem și încordăm degetul arătător și celelalte degete se vor strânge în pumn înseamnă că cerințele mamei unesc familia. A arăta cu degetul nu este politic, este un mod de a porunci. A porunci înseamnă a îngrădi libertatea cuiva. De aceea un om cu demnitate nu arată cu degetul, chiar dacă mental dă un ordin. El va face un semn cu mâna, ca și cum ar oferi dreptul la alegere: „*Fă cum e mai bine pentru tine*”. Aceasta înseamnă că *ești liber în lucrurile mărunte, dar în fond vei face ce trebuie pentru că vrei să-ți arăți partea ta bună*. Sunteți un om politic, nu? Acum, faceți un gest poruncitor și politic și vedeți care deget va fi în centru. Nu cumva mijlociul?

Frecați-vă palmele sau observați cum vă spălați pe mâini sau vă dați cu cremă. Urmăriți cum începeți și cum

terminați această operație, dacă o faceți repede sau lent, dacă o faceți prin mângâiere sau prin apăsare, dacă atingeți cu mâna zona cu defecte de la cealaltă mână și multe altele. La fel se face și comunicarea dintre femeia și bărbatul din dumneavoastră. Dacă vă mișcați mâinile energic, și nu aveți chef de mofturile interlocutorului, vi s-ar putea închide ușa în nas. Dacă însă mâinile dumneavoastră sunt delicate și sfioase, veți fi nevoit să suferiți din cauza unui interlocutor prea energic. Urmăriți cum își mișcă mâinile cineva care face treabă și vă veți convinge că există o asemănare între comunicare și mâinile lui.

În viață rămâne loc și pentru luptă. Dacă trebuie să loviți, forța loviturii este comunicată degetelor dumneavoastră strânse în pumn de către degetul mare – tata, care preia greutatea loviturii. Acum, strângeți pumnul repede și fără să vă gândiți și o să vedeți care este felul dumneavoastră de a vă bate. Degetul mare le apără pe celelalte? Pe care? Sau el se sprijină pe celelalte? Sau s-a ascuns de tot sub celelalte degete? Dacă s-a ascuns, iertați-vă tatăl pentru lipsa lui de curaj. Pumnul cu degetul mare ascuns este un pumn slab. Prin analogie veți înțelege semnificațiile diverselor mișcări ale mâinii.

Tatăl își manifestă rigiditatea, mama – flexibilitatea. O rigiditate excesivă îl face pe om fragil, o flexibilitate excesivă îl transformă în rob. Echilibrul lor dă forță. Echilibrul se capătă prin iubire sufletească. Dacă ea nu există, apar boli și se nasc copii bolnavi. Certurile dintre părinți în timpul sarcinii nu duc chiar atât de simplu la diformități. Dorința dușmănoasă de a avea din ce în ce mai mult poate face ca copilul să se nască cu mai multe degete, ele fiind formate de regulă din țesut moale. Iar amenințarea dușmă-

Alungă răul din tine

noasă cu pedeapsa sau setea de răzbunare, provocată de invidie, se pot întoarce prin nașterea unui copil fără degete.

Partea exterioară a palmei este tata, partea interioară – mama. Ca întotdeauna, tatăl întruchipează tot sexul bărbătesc, iar mama pe cel femeiesc.

Încheieturile mâinii vorbesc despre lupta cu viața. O luptă echilibrată înseamnă încheieturi sănătoase. Civilizația actuală nu poate exista total fără luptă. La cel care trăiește ca să dea cu pumnul, răutatea este direcționată spre înafară și, când se bate, traumele căpătate sunt direct proporționale cu forța răutății lui cinstite. Cel care, sub masca de om bun, își ascunde pumnii la spate, deși tare ar mai dori să dea una să-l mute din loc pe atacator, se va alege cu o boală la încheieturi. Aceasta se petrece din cauza răutății pe propria neputință. Este foarte răspândit sindromul când gențile tendoanelor se inflamează și se contractă. În afară de durerea chinuitoare, omul nu-și mai poate mișca mâna. Această boală spune fără ascunzișuri: „*Nu te lua la bătaie! Nu umili pe altul ridicând mâna! Adună-ți mințile ca nu cumva din prostie să ridici mâna la cineva*”. Îmbolnăvirea mâinii îl ferește pe om să nu facă o crimă într-un moment de criză sufletească. Cu cât mâna doare mai tare, cu atât potențiala crimă ascunsă în subconștientul unui om bun este mai periculoasă.

Articulațiile cotului caracterizează modul cum se mișcă omul în viață. Viața este sănătate, dacă omul știe să comunice. Una dintre caracteristicile turmei umane este necesitatea de a simți cotul cuiva. Cine este mulțumit de viteza cu care merge turma sau, cu alte cuvinte, este mulțumit că seamănă cu ceilalți, simțitul cotului îi dă un sentiment de încredere plăcută și nu intenționează să iasă în evidență. Va avea articulațiile cotului sănătoase. Dar, cel

care vrea să fie mai bun decât ceilalți, să țâșnească în față, va trebui să aibă o forță sufletească ieșită din comun pentru a fi în stare să influențeze convingător turma, să o întrecă și să rămână teafăr. Turma nu va permite așa ușor oii rătăcite să devină lider. Ea pretinde ca toți să fie la fel. Neștiind să gândească, dar dorind să țâșnească în față, omul începe să dea din coate ca să-și facă loc și de aceea articulațiile cotului se îmbolnăvesc. Dacă doriți să le aveți sănatoase, eliberați-vă de răutatea cu care mergeți în viață, împingând pe ceilalți.

2. Acum să ne uităm la picioare. Ce ne spun ele? În esență ele vorbesc tot despre comunicare, dar deja cu un subtext economic.

Jumătatea superioară a corpului este feminină, cea inferioară – masculină. Dacă femeia modernă își va adăuga un plus de feminitate și bărbatul un plus de masculinitate, nu le va strica, dar invers se vor îmbolnăvi.

Dacă, atunci când merge, omul calcă pe călcâie, aceasta înseamnă că succesul lui economic pleacă de la modul de gândire al tatei. Cine poartă tocuri înalte, va călca inevitabil pe vârfuri și deci își organizează viața economică după mamă – adică feminin. Lecțiile primite de la viață modifică modul de gândire. Nu degeaba, îmbătrânind, femeile încep să poarte încălțăminte joasă, comodă. Vor să se simtă protejate economic. Totul are însă o limită și dacă femeia refuză să-și pună tocuri când iese în lume, această renunțare la feminitate poate fi periculoasă. Orice femeie trebuie ca, din când în când, chiar la adânci bătrâneți, să se încălze cu pantofi cu toc. Cine merge mereu în papuci, este un înfrânt. Bărbatul nu trebuie să se compare cu femeia, nu i-ar strica să calce tot timpul pe călcâie.

Alungă răul din tine

Oasele din talpă formează o boltă transversală și una longitudinală. Oamenii cu talpa aplatizată suferă de platfus. Aceasta înseamnă supunere, deprimare, refuzul sau incapacitatea de a face față greutăților economice. Bolta din talpă este ca un pod peste un râu. Cine se teme de pod sau nu are încredere în el, bolta nu îi va mai servi drept pod. Bolta transversală servește drept pod în zona vârfurilor. Dacă mama simte că are forțe pentru un mod de viață feminin și își face cu bucurie treburile, copilul va călca pe vârfuri. Dar dacă ea începe să-l învinuiască pe tată că n-o ajută și îl ține sub papuc, bolta transversală se aplatizează, deoarece el a devenit slab. Aplatizarea boltei transversale trage după ea bolta longitudinală. Bolta longitudinală este un fel de pod între mamă și tată. Dacă mama nu are încredere în tată, nu-l respectă și nu se sprijină pe el, copilul va avea, pe măsură ce crește, un picior bont, diform, incapabil să-și îndeplinească funcțiile. Dacă însă tatăl, măcar în numele onoarei, va continua să muncească cu determinare pentru ca viața să meargă înainte, bolta tălpii copilului nu va slăbi niciodată complet. Într-o familie cu scandaluri, țipete și lupte în care, măcar în timpul pauzelor cei doi se iubesc din suflet, copiii vor avea o boltă normală. Ei sunt nevoiți să o ia la fugă atunci când părinții sunt nervoși.

O situație inversă apare în familiile în care părinții sunt foarte severi cu copiii. Bolta piciorului se va ridica spasmodic și copiii vor avea picioarele strâmbe. Oasele sunt menținute în stare de încordare de către mușchi și tendoane. Dacă părinții se fugăresc reciproc și la amândoi forța voinței este tensionată la maximum, copilul va fi crăcănat la ambele picioare. Dacă doar un picior este strâmb, atunci doar unul din părinți dorește mai mult să-și realizeze setea de câștig.

Baza vieții o constituie mișcarea. Avem nevoie de mișcare, atât spiritual cât și fizic. Corpul nostru este modelul Unității Supreme. Urmăriți-vă cum călcați. Dinspre toc spre vârfuri, apoi un ușor zvâcnet și pasul a fost făcut. Nimeni nu poate merge mult numai pe călcâie sau numai pe vârfuri, așa cum într-o familie bună nu este aservită mama sau tata. Tatăl este în felul lui călcâiul pe care te sprijini, fără vârf însă nu poți face un pas. Degetele sunt membrii familiei – la rândul lor dau pasului un sentiment de siguranță și coordonează mișcarea. Călcâiul dă suportul, vârful dă direcția, iar degetele privesc fiecare încotro poftesc și toate împreună fac un tot unitar.

Și acum începeți să alergați și urmăriți cum vi se mișcă talpa piciorului. Vârfurile împreună cu degetele preiau sarcina, ca o femeie care, chiar dacă își asumă o sarcină mai grea, îi obligă pe ceilalți să participe. Și când vârfurile oboresc, omul se sprijină pe călcâie. Ce bine e să te sprijini pe călcâi; grație vârfului, el este un suport solid pentru întregul corp. Alergatul este bun și pentru suflet și pentru corp. Este cel mai bun tip de sport care antrenează întregul corp. Toate fluidele își accelerează circulația și procesul de însănătoșire se accelerează și el. Purificarea se produce cu ajutorul secrețiilor de toate felurile. Deosebit de importantă este transpirația. Cu cât este mai multă transpirație, cu atât mai mare este satisfacția alergatului, pentru că se produce o eliberare de răutate.

Obişnuințele se creează în familie. Părinții care aleargă cu plăcere, imprimă obiceiul de a alerga și copiilor lor. Invers se întâmplă într-o familie în care mama este într-o grabă continuă din cauza spaimelor și setei ei de câștig. Copiii ei vor fi împotriva alergatului. Dacă pe copil îl dor picioarele și nu poate alerga, în principiu problemele sunt

Alungă răul din tine

aceleași. Descifrați cauzele suferințelor dumneavoastră și dacă ele nu există deocamdată, aveți grijă să le evitați. Dacă nu puteți alerga, atunci mergeți pe vârfuri, picioarele dumneavoastră au nevoie de acest lucru. Aflați că fiecare parte a corpului are funcția ei pe care vrea să și-o realizeze. De exemplu, tendoanele genunchilor vor să sară sau măcar să se încordeze pe degetele de la picioare, dar, dacă omul nu iese din șlapi, aceste tendoane se vor osifica. De cum apare durerea, se va opri din mers.

Un mijloc de mișcare superb este dansul. Cine vrea și poate să danseze va avea picioare sănătoase. Esența dansului este bucuria. Un om care iubește viața nu se va supăra că nu are pantofi noi, că îmbrăcămintea lui s-a demodat, că nu arată bine sau că nu are sală de dans. Propria voce în loc de orchestră, picioarele goale pe iarba moale sau un locșor în colțul camerei – ce bogăție! Dacă aveți dorința să dansați exact așa, picioarele dumneavoastră se vor face bine.

Uitați-vă la degetele de la picioare.

Degetul mare este tata, al doilea – mama, al treilea – dumneavoastră înșivă, al patrulea – frații și surorile, al cincilea – lumea.

Dacă degetul mare este mare și lung – tata este mare și înalt. Dacă vârful lui este îndoit în sus, înseamnă că aveți un tată mândru. Dacă este atât de mult îndoit încât vă produce durere, mândria tatălui s-a transformat în înfumurare. Iertați-l. Dacă degetul al doilea este mai lung decât degetul mare, mama îl conduce pe tată. De aici apar dureri la picioare. În acest caz, de obicei, are loc o îngroșare a principalei articulații de la degetul mare; poate să apară un zgârci care face ca degetul mare să încalece peste celelalte sau să intre sub ele. Această deformare spune că tatăl în-

cearcă să fie mai puternic și nu observă cu câtă răutate o domină pe soția sa. În răutatea lui, ori el o terorizează, ori, invers, se lasă terorizat de ea. Deformarea piciorului drept arată probleme familiale pe partea femeiască, deformarea stângului – probleme pe parte bărbătească. Toate bolile se produc, de fapt, din cauza unei evaluări superficiale a vieții, adică incorect.

Dacă al doilea deget este mai lung decât celelalte, înseamnă că doriți să fiți persoana cea mai importantă. Durerile din picioare depind de cât de mare este această dorință.

Constrângerea, ca și încălțăminte neadecvată, influențează în mod diferit viața fiecăruia: pe unii îi roade la degete, pe alții – la călcâi. La necaz, modul ascuns de gândire se manifestă prin analogie cu modul cum se simte piciorul într-o încălțăminte care te strânge. Vedeți care dintre degete încalecă pe celălalt sau care se ascunde sub celelalte. El se ascunde sau celelalte îl înghesuie? Gândiți-vă la viața dumneavoastră. Depărtați degetele și veți vedea cât sunteți de apropiați în familie. Dacă degetele se distanțează bine, sunteți mai puțin dependent de ceilalți, atât în bine cât și în rău. Vă reamintesc că talpa cu problemele ei economice reprezintă trecutul cel mai îndepărtat. Totul pleacă de la părinți. Și dacă aveți suferințe înseamnă că ați amplificat greșelile părinților.

Nu există boală cât de mică care să nu aibă legătură cu modul de gândire. De exemplu, la multe persoane unghiile de la picioare sunt încarnate. Explicația cea mai frecventă este că „*nu au fost tăiate bine, nu trebuie tăiate pe margini*”. Este același lucru ca și când ai pune calului ochelari sau ai interzice cuiva să privească cu coada ochiului. Unghia este fereastra spre lume și dacă pe om îl interesează numai ce vede trăgând cu coada ochiului, pentru că așa în-

Alungă răul din tine

vață el cum nu trebuie să facă, unghia, crescând în lățime, îngustează câmpul vizual. Dacă acest lucru îi produce durere, trasul cu coada ochiului s-a transformat în spionaj și unghia îl învață: „Nu-ți mai băga nasul în treburile altora, nu mai fi din cale afară de curios, oricum din tine n-o să iasă niciodată un Sherlock Holmes! Și chiar dacă ar ieși, eu tot o să continui să cresc și n-o să te împiedic să faci ce vrei”.

Tendoanele de la genunchi reflectă salturile din viață și salturile economice. Un om care gândește corect, va avea tendoane sănătoase, chiar dacă stă în frig și muncește foarte mult. Unii pot să alerge zilnic zeci de kilometri, alții se îmbolnăvesc doar de la mers, pentru că poartă în ei răutatea pe succesele economice ale altora. Ați auzit probabil de cazuri când cineva se îmbolnăvește după ce a aflat de fericirea neașteptată căzută pe capul cuiva. Cel care se laudă cu succesele sale, poate provoca celui care îl ascultă o răutate față de laudăroșenie și o răutate pe sine însuși că nu este capabil să urce și el și, ca urmare, i se vor îmbolnăvi tendoanele. Ca întotdeauna, mărimea și felul răutății determină mărimea și felul cum se îmbolnăvesc tendoanele genunchilor. Este la fel ca atunci când un sportiv face o săritură și se alege cu un traumatism; la fel se îmbolnăvesc și cel care privește cu răutate salturile economice din viață.

Viața este ca o cursă cu obstacole. Cel care aleargă cu răutate, va răsturna obstacolul cu genunchiul. Obstacolul a căzut, dar și genunchiul s-a lovit rău. Cine știe dacă se va mai repara vreodată.

Picioarele sunt mijloacele cu care merge omul și în sens direct și figurat. Fiecare merge în felul lui. Cel care nu merge corect, va avea picioare bolnave. Cine vrea să

dea un picior obstacolului apărut în cale, are în el o răutate și picioarele lui vor fi condamnate la boli grave. Cine vrea să dea un genunchi bărbaților, va avea genunchiul stâng bolnav. Cel care vrea să aplice aceeași metodă mârșavă cu femeile, fiindcă nu are destulă minte, va avea genunchiul drept bolnav. Cu cât omul este mai agresiv, cu atât dorește mai mult să-i supună pe cei din jurul său și atunci genunchii lui se vor strâmba.

Subliniez – nu este vorba despre o bătaie reală. S-ar putea ca dumneavoastră să nu fi lovit niciodată în viață pe cineva. De lovit, n-ați lovit, dar tare ați fi vrut s-o faceți. Prin urmare, nu sunteți cu nimic mai bun decât cel care a dat cu adevărat. Diferența este că cel care a dat, a primit imediat riposta și încă ce ripostă! I-a pierit pentru totdeauna pofta de a da, de a ridica mâna. Lecția de viață a fost învățată în mod deschis, pe față. Dumneavoastră însă strângeți răutatea în lăuntru și îi condamnați pe cei care recurg la forță.

Există oameni care nu acceptă nicio formă de violență, adică au o răutate față de violență. Ei visează ca lumea să fie ideală. Năzuința spre un bine maximal nu este altceva decât dorința de a distruge lumea, deoarece binele la maximum se poate transforma în viitor în rău la maximum. Dacă omul face bine și îi este frică să nu se întâlnească cu răul, această frică se va transforma în răutate contra răutății. Răutatea îi produce omului dorința de a merge înainte în numele binelui, iar frica îl convinge să se întoarcă. Ca urmare, genunchii se vor răsuci spre spate. Cu cât răutatea este mai puternică și mai distrugătoare, cu atât mai mari vor fi modificările distructive ale ligamentelor de la genunchi. La tinerețe omul are genunchi frumoși, deosebit de elastici. La maturitate începe să aibă dificultăți la mers.

Alungă răul din tine

Vă reamintesc, datorită articulațiilor, osatura, care este rigidă, se transformă într-un sistem elastic, de mare mobilitate, care formează baza corpului uman. Cu alte cuvinte, fiecare articulație este mama care îl face pe tată bărbat. Articulația reflectă adevăratele relații între mama mea și tatăl meu, indiferent cum sunt văzute ele din afară. Articulațiile de la picioare caracterizează mersul înainte din punct de vedere economic al părinților mei și modul cum au rezolvat ei aceste probleme când eram eu copil.

Suferința cea mai răspândită este anchilozarea articulațiilor șoldurilor și genunchilor. Bazinul simbolizează familia. Baza solidității familiei este soțul, pe care soția îl face bărbat prin iubirea ei. Articulația șoldului arată flexibilitatea și mobilitatea vieții economice în familie. Dacă mama nu cedează în treburile economice și acest lucru îl înrăiește pe tată, articulația de la șoldul stâng se va anchiloza. Se va distruge și osul. Dacă mama, în încăpățânarea ei, se supără pe ea însăși și pe familie, se va anchiloza articulația de la șoldul drept. Dacă tata împărtășește răutatea mamei provenită din insatisfacție, se va distruge și țesutul osos. Articulațiile de la genunchi însemnează mersul înainte din punct de vedere economic. Dacă copilul nu amplifică greșelile părinților, ci dimpotrivă, le diminuează, divergențele părintești privind viața economică a vieții nu îi vor influența sănătatea.

Omul care are picioarele în „x” este avar. Cu cât avariția este mai mare, cu atât genunchii sunt mai deformați. Dacă pe parcursul vieții, picioarele înnașcute în formă de „x” devin și mai strâmbe, înseamnă că avariția moștenită de la părinți s-a amplificat și dacă ele și dor, avariția provoacă răutate la om. Dacă la un om născut cu picioare

drepte, unul dintre ele ia forma de „x”, înseamnă că unul dintre părinți a fost avar și acest picior va fi dureros.

Picioarele strâmbe în formă de „O” caracterizează un om generos. Cu cât întrece măsura, cu atât starea lui materială va fi mai dureroasă. Cu cât irosește mai mult, de ochii lumii, cu atât devine mai rău și cu atât mai tare îl vor durea genunchii. Sau cei apropiați își ascund răutatea pe el deoarece îi condamnă la lipsuri materiale. Dacă are în el o răutate legată de bărbați risipitori, îl va durea genunchiul stâng. Dacă consideră că femeile sunt vinovate de sărăcia lui, i se va îmbolnăvi genunchiul drept.

Picioarele drepte arată echilibru economic. Dar dacă acest echilibru a fost realizat prin avariție, partea economică ar putea să nu mai progreseze și îngustarea cavităților articulațiilor = lipsă de progres exprimă răutatea legată de declinul economic. Cu cât portofelul devine mai subțire, cu atât mai rău devine proprietarul lui și cu atât mai tare i se scurtează picioarele. Treptat, articulațiile de la genunchi se strâng, apoi se îngroașă. Durerea care însoțește acest fenomen îl va face să stea pe loc și să se gândească la greșelile făcute.

Exemplu din viață

Haideți să ne gândim puțin.

Unui bărbat cu radiculită lombaro-sacrală îi amorțeau degetele IV și V de la piciorul stâng. Prin urmare, din cauza tatălui său și a lui, ca bărbați, avea probleme atât de mari cu frații, surorile și cu lumea, încât funcțiile acestor degete erau alterate. Fie că acești oameni nu existau în realitate, fie că el era atât de decepționat, încât nu mai voia să știe de ei. Bărbatul avea și picioarele strâmbe. Asta în-

Alungă răul din tine

seamnă că era extrem de avar. Bolta tălpii stângi era supraîncordată. Deci, tatăl nu putea să facă față pretențiilor prea mari ale mamei.

Pentru a înțelege mai bine, să privim picioarele în întregime. Bărbatului i se părea că piciorul stâng ar fi mai scurt decât dreptul. Nu se înșela – așa și era. Mușchiul anterior de la piciorul stâng era moale și căzut. La fel era și femeia din această jumătate masculină; moliciune = senzație de nesiguranță. Bărbatul se sprijinea mai mult pe piciorul drept. În felul acesta, din punct de vedere economic el se sprijinea pe femeie, deși trebuia să fie invers.

Pentru a înțelege și mai bine, să ne uităm la bazinul lui. Bazinul simbolizează familia. Osatura îl simbolizează pe tată. Bazinul bărbatului era deformat – partea stângă era lăsată. Deci, economic, tatăl era umilit. Dacă fiul s-a îmbolnăvit, înseamnă că nu a îndreptat greșelile tatălui, ci le-a amplificat. Partea stângă a bazinului era ieșită în față. Prin urmare, el încerca să-și compenseze acest neajuns printr-o străduință exagerată, fără să înțeleagă că nu va reuși, dacă nu-și va recăpăta sentimentul de demnitate.

Un bazin astfel deformat este un sprijin incorect pentru coloana vertebrală. Vertebrele doi, trei și patru erau deplasate, deoarece bărbatul se învinovătea de tot felul de probleme economice. Deplasarea vertebrelor provoacă strangularea terminațiilor nervoase. Durerea provocată de pierderea capacității motorii indică o acumulare critică de răutate.

De ce s-a îmbolnăvit acest bărbat? Este o poveste foarte obișnuită. Când era copil a fost înfiat de o familie. Aceștia erau alcoolici și îl umileau în permanență. Fiind bun la suflet, suporta totul cu resemnare. Apoi s-a însurat, dar nici atunci nu crâcnea. Tot aștepta ceva, cum așteaptă

bărbatul creat pentru a merge înainte. Familia s-a destrămat. Continua să-și iubească soția și copiii și această iubire îl făcea să se simtă vinovat. Se sacrifică, își nega propriile necesități, trăia pentru a face bine celorlalți. Când l-au alungat, a plecat. Își ascundea adânc suferințele în spatele unui zâmbet bun și jenat, dar ele existau.

Pentru a-și învinge tristețea muncea din greu gândind: „*Pentru ce? N-am nevoie de nimic!*” Breșa dintre gândurile și faptele sale se adâncea tot mai mult.

Ridicând odată o greutate și simțindu-și umilința, a auzit un trosnet în spate. Corpul lui îi dădea timp să se gândească, adică se îmbolnăvise. Eliberându-se de stresuri, starea de permanentă încordare a mușchilor s-a redus și a înțeles că nu știuse până atunci să se relaxeze. Pe măsură ce mai elimina din stresuri își dădea seama că nu gândise cum trebuie. După ce și-a iertat și părinții naturali și pe cei adoptivi, a înțeles că toți erau la fel, fiindcă el și-i alesese pentru a-și învăța lecțiile de viață. A început să se însănătoșească repede întrucât gândirea la un om umilit este ciclicizată. Insuccesul are și o parte bună – te învață multe.

Doar atunci când bazinul este în echilibru, adică, doar atunci când demnitatea părinților a fost redobândită, coloana și osatura pot să constituie un sistem echilibrat de pârghee, eliberat de tensiune. Doar atunci coloana vertebrală devine expresia unor principii de viață oneste și ferme și protejează cu demnitate principalul canal energetic.

3. Gândiți-vă la digestia dumneavoastră. Ce vă spune ea? Ea vă vorbește despre dobândirea înțelepciunii de viață, sau deșteptăciunii și despre dobândire în general.

Dorința de a dobândi și realizarea ei sunt tănuite cu cea mai mare grijă în viața și în corpul omului. Setea de câștig este foarte greu să fie ținută în echilibru și de aceea crește numărul de suferințe ale tractului gastro-intestinal. Deseori ele sunt descoperite prea târziu. Așa cum trece mâncarea prin organele dumneavoastră digestive, tot așa trece prin dumneavoastră și înțelepciunea vieții. Ba asimilați câte ceva, ba lăsați să treacă adevăratele valori ale vieții. Ba știți să alegeți grâul de neghină, ba lăsați totul la nimereală – posibilitatea de a alege este mare. La un om generos, bun, care se bucură de viață, tractul gastro-intestinal va funcționa ireproșabil. Bolile acestui tract la un om stresat oglindesc universul de gândire al proprietarului.

Mâncarea introdusă în gură simbolizează planul care trebuie bine gândit. Mestecatul este un fel de mărunțire a planului pentru a avea o viziune de ansamblu și a putea munci bine și corespunzător. Cine își gândește în profunzime și cu iubire planul său, nu va greși în timp ce muncește. Cine consideră că viața este urâtă, fără sens, plicticoasă și fără rost, mâncarea se va învărti în gura lui tot așa și va duce la îmbolnăviri ale cavității bucale. Cel care nu acordă atenție planificării, fiindcă pune semnul egalității între lucrurile mici și lucrarea mare, nu va da importanță nici masticăției, care trebuie făcută cu grijă. De altfel nici nu simte gustul mâncării, așa cum nu știe să simtă nici gustul vieții – bucuria. Nu simte gustul nici cel care apreciază doar rezultatul final al mâncatului și se îmbuibă la rezezeală.

Omul moștenește mintea de la tatăl său. Dinții simbolizează mintea tatălui. Cine are dinți puternici, știe să-și facă planurile cu cap, a moștenit de la tatăl său o minte bună. Cine persiflează mintea tatălui sau a bărbatilor în

general, va avea dinții de lapte stricați. Cine urăște, din cine știe ce motive, mintea bărbaților, va suferi mult din cauza dinților. Cine își va arăta colții la ceilalți, i se vor strica incisivii. Iar cine vrea să umilească pe ceilalți prin cruzimea lui, va face paradontoză, adică inflamarea rădăcinilor și s-ar putea chiar să-i cadă dinții pentru a nu-și mai folosi gura ca armă de luptă.

Cine simte nevoia să ronțăie tot timpul ceva, trebuie să se apuce de o lucrare mare și importantă. Dorința de a ronțai înseamnă un stres provocat de dorința de a face planuri într-una. Scopul suprem al oricărui spirit este dobândirea de înțelepciune. Aici intră și lucrarea cea mai măreață — schimbarea de sine. Câtă vreme acest stres nu este eliberat, omul nu va fi capabil să inventeze ceva inteligent și cu rost. Mărimea stresului lui poate concura în mod simbolic doar cu greutatea corpului său.

Începutul determină finalul, așa cum cauza atrage după sine efectul. **Circulația hranei în tubul gastric seamănă cu punerea planului în acțiune, înseamnă a-i dori drum bun.** La cel care se răzgândește brusc, fiindcă nu crede în rezultatele muncii lui, mâncarea se va întoarce cu sughițuri din esofag în gură. Hrana otrăvită de gânduri rele influențează negativ digestia. Cine se teme să meargă înainte, va avea din când în când spasme în esofag. Cine se va supăra pe greutățile vieții, întrucât vrea să meargă prea repede, va altera atât de tare starea esofagului încât acesta poate rămâne îngustat pentru totdeauna, de exemplu ca urmare a nenumăratelor ulcere. Dacă însă se teme de viață și se ascunde de greutăți, se vor forma diverticuli pe esofag. Sunt un fel de nișe în care este reținută mâncarea.

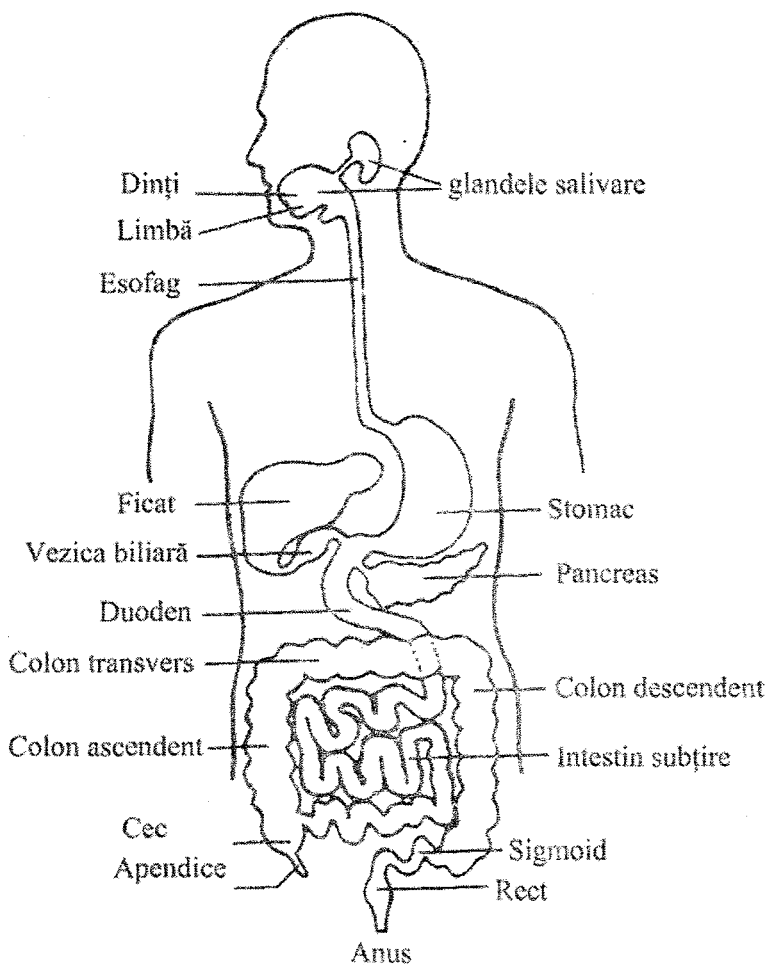
Alungă răul din tine

Cel care confundă esofagul cu căile respiratorii, adică mâncarea intră în trahee, acela amestecă munca cu libertatea și cu iubirea. În sens simbolic munca sufocă libertatea.

Stomacul simbolizează începutul lucrului. Cine se teme să se apuce de un lucru, are un stomac spastic. Cine nu vrea să se apuce de un lucru, stomacul lui nu va produce suc gastric. Cine se apucă de treabă cu răutate, la început i se va inflama mucoasa, adică face gastrită. Dacă răutatea se amplifică, începe ulcerul. Dacă răutatea se transformă în dușmănie, în ură, ulcerul se transformă în cancer. Cu alte cuvinte, când sentimentul de vinovăție se transformă în acuzații, aciditatea din stomac crește, indiferent dacă omul se învinovățește pe sine sau învinovățește pe alții. Diferența este că, dacă se învinovățește pe sine, va face un ulcer mai adânc și mai dureros. Cel care se comportă dușmănos față de șefi sau față de un ordin dat și se opune categoric, fie și în gând, nu va avea un stomac sănătos. O muncă neplăcută îl face pe om să se oblige să o facă. Obligația este o rea-voință cu un scop determinat, adică omul își dorește răul. Cine dorește ca vremurile bune de altădată să se întoarcă sau se opune viitorului, stomacul lui va da afară tot conținutul prin vomă.

Jumătatea feminină a tractului intestinal este intestinul subțire, jumătatea masculină este intestinul gros.

Organele digestive



(Intestinul gros = cec + colon + rect)

În intestine continuă digestia și începe absorbția substanțelor nutritive, sau, simbolic, asimilarea înțelepciunii de viață. La început, procesul are loc în intestinul subțire. Aceasta înseamnă că asimilarea înțelepciunii începe odată cu înțelegerea lucrurilor mărunte din care se dezvoltă înțelegerea lucrurilor mari.

Duodenul seamănă simbolic cu începerea unei lucrări de mari proporții la care sunt angrenate toate persoanele care au tangență. Duodenul se găsește imediat după stomac la începutul intestinului subțire. Starea acestuia ne arată cum se comportă omul față de lucrurile mărunte ale vieții și față de sexul feminin. Ne arată cât de mult știe el să-și mobilizeze toate forțele pentru a executa lucrarea.

Dacă bărbatul consideră că vitejia lui constă doar în a începe lucrarea, iar continuarea să o arunce cu răutate pe umerii altcuiva, de exemplu ai soției, duodenul i se va inflama sau va apărea ulcerul. Boala spune că nu este de rușine să te ocupi și de lucruri mărunte și ele pot să-i dea mai multă minte unui bărbat. Ea spune: *„Poate că altor bărbați nu le trebuie, dar ție îți trebuie. Dacă n-o să înveți aceste lucruri, nu-ți va fi bine”*.

Femeilor le place mai mult să continue și să termine o lucrare, de aceea ele fac mai rar ulcer duodenal. Dar dacă ea detestă să se ocupe de fleacurile vieții, va face ulcer pentru ca el să o oblige să se întoarcă la modul feminin de a gândi.

Amintirile urâte din trecut aduc amărăciune. Canalul biliar se varsă în duoden, iar excesul de fiere îi amplifică suferința, dacă omul este predispus la amintiri urâte. Tot în duoden dă și pancreasul. Dacă fierea poate fi comparată cu hotărârea și exigența femeiască, excesul lor provoacă du-

rere, fermenții digestivi ai pancreasului sunt asemănători cu delicatețea și mângâierile bărbatului, absența lor împiedicând digestia sau asimilarea finețurilor de înțelepciune. Dacă însă femeia nu este deloc exigentă, scade secreția de bilă. Dacă bărbatul este prea sensibil la lucru, devine la treabă flexibil ca o femeie și se lasă influențat de ea, crește secreția de suc pancreatic și, în plus față de problemele de digestie, scade conținutul de zahăr din sânge. Absorbția substanțelor nutritive sau asimilarea înțelepciunii scade brusc.

Duodenul este organul central al tractului gastric. Priceperea de a lucra în colectiv pentru realizarea unei lucrări importante constituie garanția unui duoden sănătos.

Intestinul subțire simbolizează munca de zi cu zi care, după cum se știe, constă în lucruri mărunte. Tot intestinul subțire caracterizează perioada medie a vieții și a activității. Cine se ocupă cu plăcere de lucrurile mărunte ale vieții și nu se ferește de activitatea cotidiană, are un intestin subțire sănătos. Dar cel care este grăbit, va avea o diaree caracteristică pentru intestinul subțire – abia mănâncă că și dă fuga la toaletă. Cine detestă mărunțurile vieții, mai ales dacă este femeie, și nu dorește să se elibereze de ele, va simți o durere și greutate în zona ombilicului, pentru că de mărunțuri este chemată să se ocupe mai degrabă femeia decât bărbatul. Bărbatul care se supără pe treburile femeiești, va avea aceeași indispoziție. Amestecul bărbatului în mărunțurile femeiești ale vieții poate fi unul mic deocamdată, dar intestinul subțire dă deja semnalul că el își neglijează rolul de bărbat. În partea dreaptă, jos, a abdomenului, intestinul subțire trece în intestinul gros.

Intestinul gros simbolizează partea gravă și riscantă a muncii, unde nu mai e de glumă. Prima parte a intestinului gros se numește cec. Cecul are o ramificație în formă de vierme – apendicele. Apendicele este un fel de cămară unde femeia depozitează mărunțișurile care o sâcăie, până când o umple până la refuz. Inflamația ce intervine ulterior arată o acumulare critică de răutate. Apendicele seamănă cu o femeie care s-a umplut de răutate și vrea să o reverse asupra bărbatului, dar nu găsește momentul potrivit. Tratarea formei acute de apendicită prin corectarea modului de gândire implică un risc, dar este posibilă. În schimb, apendicita cronică se pretează la tratament pentru că, în acest caz, timpul nu te mai gonește din urmă. În prezent, apendicita cronică este mai frecventă la tineri. Văzând greutățile care cad pe capul părinților, ei, fiind ocupați cu școala, nu pot găsi nicio ieșire dintr-o situație de impas care durează de mai multă vreme. Inflamația cronică se răspândește și la organele vecine, provocând reducerea funcțiilor acestora și aderențe în cavitatea abdominală. Durerea permanentă din fosa iliacă dreaptă care ba crește, ba scade, extenuează psihicul.

Înfundarea rectului, sau a modului bărbătesc de a gândi, se face în cec, indiferent cine gândește bărbătește – bărbatul sau femeia. Dacă omul se teme să înceapă o lucrare mare și o tot amână, va avea un cec bolnav.

Nepriceperea de a merge mai departe din cauza incapacității de a înțelege viața corect provoacă îmbolnăvirea colonului. Dacă omul se teme de riscuri, îi este frică să ocupe o funcție mai înaltă, fiindcă se consideră in-

competent, și totuși își asumă riscul, colonul din partea dreaptă a abdomenului se va îmbolnăvi. Dorind să-și satisfacă vanitatea, el înlocuiește frica cu răutatea.

Intestinul gros exprimă atitudinea față de lucrurile mari, serioase. Un om întreprinzător și promițător își realizează cu cap planurile sale mari. Femeile care sunt echilibrate ca bărbații sau bărbații care țin cont de mersul natural al vremurilor au intestinul gros sănătos. Dar, cine începe să se grăbească, devine rău și se îmbolnăvește. Cine detestă inițiativele mari și serioase pentru că nu se simte în siguranță sau detestă munca bărbătească slab plătită, va avea intestinul gros bolnav. Cel care, în răutatea lui, devine apucător, avar, interesat, șperțar sau hoț, sau, din setea de a avea un câștig, încearcă să-i îndemne și pe alții la așa ceva, pe pereții intestinului lui gros vor începe să se acumuleze reziduurile de la hrană. Acestea îngreunează procesul de absorbție, dar poate să ducă și la tumori maligne. Totul depinde de dimensiunea și de natura răutății. Numai răutatea duce la neoplasm.

Colonul transvers este locul unde se concentrează incapacitatea de a lua decizii, unde se pun în balanță îndoielile și beneficiul. Cel care se supără pe obstacolele apărute în calea sa, pentru că se teme, și nu vrea să dea înapoi, dar e obligat s-o facă, sau cel care preferă să se întoarcă, pentru ca nu cumva din mersul lui înainte să câștige altul mai mult ca el, va avea o senzație de deznădejde, ceea ce duce la îmbolnăvirea colonului transvers. Pe scurt, este situația în care ție nu-ți trebuie, dar nu dai la alții. Este boala cupidității și a invidiei. Simptomul ei este senzația de saturație, supraîncărcare și durere sub plex. Cine își fa-

Alungă răul din tine

ce loc ca un buldozer, strivind totul sub greutatea sa, din cauza acumulării de gaze i se va dilata colonul transvers și partea superioară a burții se va revărsa în afară.

Colonul descendent exprimă știința de a-ți atinge scopurile și de a evita perioadele din viață când au loc căderi. O mică realizare îi poate produce unuia o mai mare bucurie decât altuia o mare realizare. Mărimea este o noțiune relativă. Cine se pregătește cu răutate să meargă mai departe și o face cu ultimele forțe, dintr-un motiv inexplicabil și în momentul cel mai nepotrivit, poate să-l apuce diareea, pentru că în duelul dintre frică și răutate învinge principiul mai negativ, adică răutatea. Mirosul puternic de fecale arată insatisfacția față de rezultatele muncii. În această porțiune a colonului are o influență negativă răutatea legată de renunțarea la ceva, adică răutatea învinsului. Priceperea de a te preda, de a ceda la timpul și la locul potrivit, garantează sănătatea colonului descendent. Agățarea febrilă de ce este al tău, refuzul de a renunța la scopuri minunate, dorința de a risca pentru a obține și mai mult, fac ca în colonul descendent să fie reținute și să se acumuleze reziduuri. De la răutatea de om învins apare inflamația, iar cel care dorește răul învingătorului, se va alege cu un cancer. Răutatea pe o muncă nefinalizată, problemele irezolvabile, visurile neîmplinite se acumulează în intestinul gros. Cu cât obstacolul este mai concret, cu atât mai concretă este și răutatea. Răutatea transformată în dușmănie, în ură, provoacă cancer.

În colonul sigmoid stă necinstea. Cine caută cu răutate căi de ocolire pentru a-și ascunde eșecurile, își va îmbolnăvi sigmoidul. Spiritului îi este proprie cinstea și dacă

omul, pentru a-și atinge scopurile, începe să folosească mijloace necinstite, va avea sigmoidul bolnav. Dintre aceste mijloace face parte și calicenia, pentru că la baza ei se află înșelarea altora.

Rectul arată că omul termină lucrarea. Cine simte bucurie la terminarea lucrării, are un rect sănătos. Dar, cel care este nemulțumit de rezultatele muncii sale și care se învinuiește pe el însuși sau pe alții, va avea rectul bolnav. Cine vrea doar să refacă același lucru sau să corecteze câte ceva, deoarece îi este frică să facă altul nou, acela simte un disconfort la anus. Frica de a scăpa ultima șansă, agățarea de ea cu răutate sau senzația de tragedie, de exemplu, la pierderea locului de muncă – toate acestea duc la îmbolnăvirea rectului. Cu cât exagerează cu răutatea, cu atât focarul de inflamație va fi mai mare. Dacă simte și o sete de răzbunare, se va trezi cu sângerări. Dacă dorește răul celui care a reușit mai mult decât el, va face cancer.

Despre constipație ca manifestare a caliceniei am vorbit mai sus. Dorința de a obține maximum posibil făcând economie duce la calicenie și la constipație. Orice spirit uman vine pe această lume pentru a crea ceva mareț, dar consideră că alții l-ar obliga să o facă. Dacă spiritul de contradicție = răutate pe cei care te obligă să faci fapte mari se amestecă cu frica față de obligativitate, constipația va alterna cu diareea. Cu cât răutatea și frica apar mai pe neașteptate, cu atât mai ascuțită va fi reacția tractului gastro-intestinal. Factorul iritant poate fi nu numai un om concret, dar și o situație, o condiție, un scop și toate se însumează în cel care suferă. Dacă se scapă de frica și de ră-

Alungă răul din tine

utatea care au fost sursa obligativității, funcționarea intestinului se normalizează.

Gazele intestinale simbolizează ostilitatea. Dacă punem un cazan pe un foc mare, când apa fierbe, vor ieși aburi. Gazele intestinale seamănă cu acești aburi care au un miros diferit în funcție de etapa de fierbere. Cu cât omul este mai grăbit, cu atât se vor forma mai multe gaze. Cu cât se va agita mai mult și mai cu răutate, cu atât ele vor mirosi și mai neplăcut.

Râgâiala arată că omul își impune altora părerea sa. În probleme de comunicare, când omul este nevoit să-și impună părerea, pentru binele celorlalți sau în numele intereselor sociale, el trebuie să explice cu forță cum vede acest bine și atunci gazele pot să-i iasă din gură atât de des, încât va fi obligat să-și schimbe locul de muncă. În felul acesta corpul îl salvează pe om să nu facă abuz de putere. E posibil ca râgâiala să nu-l lase să se ducă prea departe.

Exemplu din viață

Un bărbat a adus la cabinet pe nefericitul lui vecin care avea nevoie de ajutor. Cu câteva luni în urmă acesta se îmbolnăvisese brusc de o boală necunoscută care se manifesta prin râgâieli regulate și foarte dese. La un interval de jumătate de minut. „*Ce o fi asta?*” se întreba omul, nefericit și neajutorat. „*Ce vi s-a întâmplat? Parcă ați fi înghițit o mașină cu aburi*” – am glumit eu. Gluma ca glumă, dar treaba era serioasă. Omului îi era frică să mai iasă din casă, îngrozit că toată lumea va întoarce capul după el.

M-am uitat în trecutul lui și am văzut cum el, spre amuzamentul prietenilor, comenta cu multă savoare fru-

mușetea fundului unei tinere care trecea pe lângă ei. Fata n-a rămas datoare și, furioasă, l-a lovit peste fudulii.

Primele râgâieli erau rare, apoi au început să se îndească. A stat o lună în spital, fără nici un rezultat. Era îngrozit că va trebui să trăiască cu această boală până la sfârșitul zilelor sale. Și-a recunoscut greșeala, i-a cerut iertare din suflet acestei fete, a iertat-o pentru atac, s-a iertat pe sine pentru că „a făcut mișto de ea” și a cerut iertare corpului său. Râgâiala s-a oprit instantaneu. Vecinii au plecat liniștiți spre casele lor.

Mai târziu, primul mi-a povestit că tot drumul au discutat despre ce se mai întâmplă în lume. În apropiere de casă, l-a întrebat deodată pe vecin: „*Auzi, da' de ce ne-am dus noi la oraș?*” Vecinul, uluit, i-a răspuns: „*Nu știu*”. Și au izbucnit în râs: „*A, da, exact, am fost la doctor*”. Uitase deja de boala lui – conversația lor, ca între bărbați, fusese mult mai importantă.

Se spune despre cineva inteligent că „*îi merge bila*”. Gânditul seamănă cu digestia, el constă în deslușirea înțelepciunii de viață și folosirea ei în scopuri proprii. Fiecare înghite hrana și o asimilează în felul său. Ce e bun pentru unul, poate fi rău pentru altul. Pentru un om echilibrat, orice hrană este comestibilă, asimilabilă și necesară. Exact la fel se întâmplă și cu rezolvarea oricărei probleme de viață.

Contemporaneitatea naște oameni care vor să primească totul fără muncă. Adesea îmi stă pe limbă să întreb: „*Dar dumneavoastră de ce aveți cap?*”. Oamenii citesc, ascultă conferințe, ceva-ceva parcă ar învăța și totuși cer sfaturi, pretind și se supără dacă nu primesc ce ar dori. Cartea mea și conferințele pe care le țin nu fac o excepție. În loc să gândească logic, oamenii caută cu lumânarea de-

Alungă răul din tine

fectele mărunte ale celorlalți. Obişnuința de a primi totul fără niciun efort se extinde în toate domeniile vieții.

La un om superficial și grăbit hrana trece prin tractul digestiv exact la fel cum gândește, adică încet și fără nici un folos, decât calorii.

Cine și-a pierdut interesul pentru a realiza ceva, va avea un aparat digestiv ce nu va asimila vitaminele.

Cine nu simte nevoia să fie el însuși, va avea o deficiență de minerale.

Conștientizarea fermă că eu sunt creatorul viitorului meu fixează calciul în organism.

Cine vrea să învețe să facă diferența între esențial și neesențial va avea suficient magneziu în organism.

Vitamina C, magneziul și calciul sunt elementele de bază, extrem de importante pentru corpul fizic. Prezența lor în cantități suficiente asigură absorbția celorlalte substanțe din hrană. Cu alte cuvinte, ele întruchiează *interesul, dorința și activitatea* omului în scopul de a fi el însuși. Și asta pentru că spiritul intră în corpul fizic pentru ca în fiecare viață să învețe ceva important și veșnic sau să săvârșească ceva mareț. Unii știu să facă din fleacuri o minune, alții nu-și găsesc timp să-și clarifice lucrul mareț pe care l-au obținut fără efort. Așa se și întâmplă: unul crește cu pâine goală și devine geniu, altul crește cu bucate alese și suferă de anemie și slăbiciune.

Calitatea gândului este cea mai importantă dintre toate calitățile hranei, ne mai vorbind de cantitate, deoarece gândirea conduce circulația hranei noastre în organism. Volumul de hrană ingerată este comparabil cu mă-

rimea lăcomiei. Lăcomia este totdeauna un exces. Știți deja ce aduce corpului excesul.

4. Despre ce ne vorbesc organele respiratorii?

De ce nu se oprește respirația? De ce căile respiratorii trebuie să fie totdeauna libere? De ce este atât de cumplită senzația de sufocare?

Pentru că **respirația este libertate**. Când omul este liber, volumul plămânilor este mare și **plămânii** sunt sănătoși. Un om liber face totul cu echilibru. Deși plămânii sunt deschiși la maximum, respirația abia se aude, sau mai superficial spus, pentru că nu e nevoie să ai o respirație de rezervă, pentru orice eventualitate, cum li se întâmplă celor speriați. Frica îl face pe om să respire adânc și cu pauze. Respirația unui om speriat arată ca și când ar avea ultima posibilitate de a rămâne în viață. Întregul corp este alimentat cu oxigen, iar frica taie respirația, sau frica de moarte te obligă să tragi aerul cu gura. Corpul nu are nevoie de oxigen în exces, excesul fiind întotdeauna rău, dar groaza îl scoate din minți pe om și, ca în oricare altă situație, el procedează exact invers de cum ar trebui. În loc să dea afară, să expire gazele uzate, nefolositoare, – ca energia negativă – și să inspire energie pozitivă, folositoare, omul speriat ia un excedent de oxigen. Cel care este preocupat de cum să acumuleze, va proceda totdeauna astfel încât va începe să se sufocă din propria lui lăcomie.

Corpul respiră libertate. Libertatea este Dumnezeu. Prin gândirea noastră incorectă ne privăm noi înșine de libertate.

Dacă apare senzația că este îngrădit, că viața și împrejurările nu-i permit să respire, că este prizonierul cuiva, de

Alungă răul din tine

frică, în plămânii omului apare un spasm și senzația de sufocare. Este groaza în fața pierderii libertății, care, în corpul fizic, se manifestă prin incapacitatea de a respira liber. Cel cu mentalitate de rob fie moare de frică, fie se înrăiește. Cu cât frica lui de a nu fi prizonierul împrejurărilor este mai mare, cu atât își înăbușă nevoia de a fi liber și se înrăiește și mai mult.

Starea de obligativitate închide zona forței voinței din plexul solar și omul se simte incapabil să se elibereze de puterea altora. Nu îndrăznește să facă acest lucru, fiindcă se teme să nu fie învinuit. Subconștientul îi spune că locul vinovatului este la temniță, așa se întâmplă din timpuri străvechi. Că prizonieratul spiritual este mai rău decât închisoarea fizică – la aceasta nu se gândește omul modern, fiindcă nu știe să-și închipuie că el este un delinquent. Și nu știe nici să compare boala cu o închisoare. „*De ce, doar n-a făcut nimic rău, n-a ridicat niciodată mâna asupra cuiva!*” Astfel se acumulează într-un om bun răutatea provenită din lupta lui pentru libertate, luptă rămasă fără nici un rezultat; mărimea și natura acestei răutăți determină natura și gravitatea bolii.

Vi s-a întâmplat, desigur, când lângă dumneavoastră cineva s-a sufocat, să simțiți și dumneavoastră o jenă în piept, să simțiți că nu mai aveți aer. Aceasta arată cât de rapid reacționăm la lipsa de libertate. Nevoia de libertate este cea mai importantă dintre nevoile oricărui spirit. Dacă libertatea cuiva a fost îngrădită, acest lucru influențează în rău asupra tuturor. Faceți o paralelă cu societatea și veți înțelege de ce este rău pentru toți când cineva se află la închisoare.

Cel care, din teama de a nu face ceva cum nu trebuie sau din teama de a nu fi vinovat, își înăbușă în el, cu frică,

răutatea - care l-ar îndemna să lupte pentru libertate, - fiindcă se teme că ceilalți se vor purta rău cu el, va face **astm**. Este boala răutății înăbușite. Chiar și răutatea are nevoie de libertate. Când începe un acces de astm, țineți-vă intenționat respirația și gândiți-vă că imediat v-ați înfuriat și că din cauza fricii n-ați lăsat să iasă această răutate. Primul gând va fi și răspunsul și accesul va trece înainte ca dumneavoastră să simțiți nevoia de a inspira din nou. Adio acces de astm, doar o singură inspirație ce îl învață pe om să aibă grijă și să fie cuminte! Astmul este o boală alergică. Alergia este răutatea provocată de revoltă, de împotrivire, sau răutatea provenită din dorința înăbușită de a lupta pentru libertate.

Cine se teme să-și exprime sau să-și strige răutatea și începe să se jeluiască, sperând în felul acesta să se amăgească pe sine însuși și pe ceilalți, va face **tuberculoză pulmonară**. Prin jeluiri el scoate afară suficient de multă răutate. Răutatea față de văicăreli acționează la fel.

Cine se agață cu răutate de idealurile lui de libertate, i se vor osifica plămânii pentru că libertatea este mișcare și nu ordinea stabilită prin lege. Cine exagerează în a-și impune și a impune celorlalți scopurile sale pentru a îmbunătăți viața, conform părerilor lui, se va îmbolnăvi de **bronhoextaz**, dilatarea neuniformă a bronhiilor. Aceasta se întâmplă din cauza dorinței dogmatice a omului de a face astfel încât în viață să se respire în voie, mai liber și mai ușor.

Cine ține în el dușmănia, se va îmbolnăvi de cancer fiindcă nu înțelege cine este adevăratul hoț al libertății lui. Întrucât omul se înrobește singur prin gândurile sale, răutatea lui împotriva celui care îi îngreădește libertatea se transformă pe neobservate în răutate împotriva lui însuși și

Alungă răul din tine

se declanșează cancerul. Printre doritorii de rău se află și cel care în taină, în sufletul său, dorește ca celălalt să fie pedepsit, fie și prin pedeapsă Dumnezeiască, numai să nu-și mânjească el mâinile.

Cine simte o răutate acută contra acuzațiilor, se va îmbolnăvi de o formă acută de **pneumonie**. Se poate îmbolnăvi chiar dacă, fiind martor la o ceartă, trebuie să-și exprime prin expresia chipului dezaprobarea sa mută.

Cine se supără tot timpul pe cei care acuză sau se acuză singuri, va suferi de pneumonie cronică. Însănătoșirea plămânilor este împiedicată de răutatea acuzatoare, care nu-i dă liniște, fiindcă celălalt nu-și recunoaște vina.

Cine se simte vinovat și își varsă răutatea sub formă de acuzație, va avea **bronșită** acută sau, respectiv, cronică. Cel care se consideră obligat să lupte pentru dreptate și să țipe în gura mare, va face bronșită până când adevărul va fi restabilit. Dacă s-ar ști însă al cui adevăr! Cine nu are măsură, din cauza secrețiilor permanente din bronhii se va forma o tumoră.

Cine are în el o răutate contra îngrădirii libertății, se va îmbolnăvi de **pleurită**. Cine își înăbușă dorința de a plânge că și-a pierdut libertatea, pleura lui va începe să elimine mult lichid excedentar și apare pleurita umedă. Dacă omul ține morțiș la convingerile sale, se formează aderențe. Astfel, dacă cineva consideră cu răutate și cu consecvență că libertatea lui este pusă în lanțuri, se vor forma aderențe ale pleurei.

Traheea se îmbolnăvește la cel care, în înțelegerea lui, luptă pentru dreptate și o face cu răutate.

Coardele vocale sunt un fel de megafon prin care poți să țipi de bucurie, dar prin care poți și să faci o atenționare. Cine este obligat să vorbească mult și simte o revoltă in-

terioară, își va pierde vocea. „Nu vreau” este totdeauna o răutate și dacă omul nu vrea să vorbească, corpul îi vine în ajutor ca să nu spună ceva foarte rău. Dacă răutatea nu este exprimată și este ținută în corp, apare inflamația coardelor vocale. Dar dacă omul se întrece cu gluma, dacă acuzațiile lui depășesc orice limită, pe coardele vocale se va forma o tumoră. Câtă vreme cel care urlă, nu are sete de răzbunare și nu este răuvoitor, tumora nu se va transforma în cancer. Dar dacă cel la care se urlă îi dorește răul celui care urlă, el va avea aceeași soartă.

Fiecare trebuie să-și ofere sie însuși libertate. Cine vrea să obțină libertatea prin luptă, n-o va avea, pentru că lupta este o răutate. Iertați lipsa libertății, iertați starea de obligativitate care v-a provocat senzația de lipsă de libertate. În timp ce iertați, puteți simți o durere în vertebrele dorsale care, treptat, va duce la creșterea mobilității coloanei. Ca urmare, plămânii vor respira în voie și dumneavoastră vă veți simți bine.

Cum să ne deșteptăm fără a suferi

Deși se aseamănă, oamenii sunt foarte diferiți.

Unul spune: „*Mă îngrijorez din orice și pun totul la inimă*”. Ce înseamnă asta? Îngrijorarea este o frică; în inimă își are sediul sentimentul de vinovăție. Aceasta înseamnă că omul se teme de orice și se simte vinovat că nu s-a eliberat de ceea ce îl sperie, adică nu s-a eliberat de gândurile sale rele.

Reprezentanții celei de-a doua extreme spun: „*Totul îmi trece pe lângă ureche, nimic nu trebuie pus la inimă*”.

Alungă răul din tine

Primii se umplu de negativitate, suferă, dar în același timp învață să trăiască. Ceilalți nu suferă, dar nici nu învață nimic.

Cum să faci să devii mai deștept, dar nici să nu suferi?

Imaginați-vă că sunteți o sită. Nu un ciur vechi, găurit, ci o sită nouă, cu fire subțiri din cupru prin care trece totul. Vă năpădește o furie turbată. Ea trece prin dumneavoastră, faceți cunoștință cu ea, vă deșteptați și când vă uitați în sită, nu mai e nimic în ea.

Încercați să deveniți o astfel de sită. Indiferent că vă vizitează un gând rău în legătură cu viitorul sau o amintire urâtă din trecut, treceți-le prin dumneavoastră ca printr-o sită. La început, din neștiință, s-ar putea să rămână înăuntrul ceva rău și atunci veți simți în locul corespunzător o senzație de greutate, ceva apăsător care nu vrea să treacă. Începeți să vorbiți cu el, cereți-i iertare că n-ați știut să-l lăsați să treacă fără să lase vreo urmă. Cereți iertare corpului și încercați din nou. Clarificați-vă pentru dumneavoastră această lecție de viață, pentru că nu degeaba ea vă face să suferiți.

Exersați, curând veți reuși să lăsați cu bucurie ca răul să se cearnă prin dumneavoastră. Nu veți mai fi nevoit ca, de dragul autoconservării, să vă feriți de rău sau să o luați la fugă. Nu va mai fi nevoie să vă înconjurați cu un zid energetic de protecție, așa cum suntem sfătuiți adesea.

Aveți încredere în simțurile dumneavoastră, ele nu vă înșală.

Opriti-vă pentru o clipă și o să vă simțiți ceafa, omo-plații, umerii. Ce senzație aveți – plăcută sau neplăcută?

Dacă este neplăcută – sunteți **nemulțumiți de dumneavoastră înșivă**. Încercați să cerneți tot ce e în dumneavoastră ca printr-o sită. Nemulțumirea de sine include și

sentimentul de vinovăție, frica și răutatea de a învinui pe alții.

Nemulțumirea înseamnă nepriceperea de a comunica cu sine, de a vă înțelege propriile nevoi, neștiința de a vă organiza viața.

Cine nu se înțelege cu el însuși, nu este capabil nici să-i înțeleagă pe ceilalți.

Majoritatea estonienilor se plâng de dureri la ceafă și omoplați. Exact acolo stă captivă nemulțumirea de sine care a apărut să vă învețe să vă vedeți perfect pe dumneavoastră înșivă și lumea înconjurătoare. De spaimă că *lumea n-o să mă respecte așa cum sunt*, ați început să vă plângeți de corpul și de caracterul dumneavoastră și nici nu băgați de seamă cât de mult v-a crescut exigența față de tot ce există. Vă stimulați voința, vă aruncați pe umeri o greutate mult prea mare, doar-doar vă veți realiza dorințele și *astfel veți fi pe placul celorlalți*. N-o să le realizați până nu vă veți elibera de nemulțumirea de sine. Oboseala se va apropia tiptil de dumneavoastră, satisfacții – nu veți avea deloc și vă veți preda. Va apărea lipsa de dorință de a face ceva, senzația de disperare, de inutilitate. Veți simți că de cineva ca dumneavoastră nu are nimeni nevoie.

Nemulțumirea se acumulează în spatele chakrei comunicării, acolo unde, la om, este concentrată voința. Ea arată că nu știți și nu vreți să comunicați, nici cu dumneavoastră înșivă, nici cu alții.

Ce este aceea comunicare? **Comunicarea este iubire necondiționată.**

Dar oamenii cum spun? Ei spun: „*Te iubesc pentru că ești om bun*”. Dar dacă nu ești bun sau nu ești bun tot tim-

Alungă răul din tine

pul? O iubire condiționată nu mai e iubire. E ușor să iubești pe cel care merită, în el și așa există iubire.

Viața este un proces de învățare prin acel rău care îți apare în cale. Este rău pentru că nu poartă în el iubirea. Apare în calea unui anumit om fiindcă are nevoie anume de iubirea aceluia om ca, transformându-se în bine, să-i dea o lecție de viață.

Cel care transformă răul în bine se înalță în spirit, întrucât din el țâșnește un șuvoi de iubire. Cu cât acest șuvoi de iubire țâșnește mai repede, cu atât omul devine mai vrednic de respect. Orice rău întâlnit de om în viață este cu adevărat răul care îi este necesar. Apar pe drumul vieții cele mai diferite forme de rău – gânduri, situații, evenimente, fapte, oameni, grupuri de oameni, boli etc. Toate apar să-l învețe ceva. Ce anume, fiecare să-și dea seama singur.

Răul nu vine niciodată la om ca să-i arate răul din alții, ci pentru ca, prin răul altuia să-i atragă atenția că el a făcut o greșală. Dacă omul nu știe să-și iubească necondiționat propriile defecte, cum îi poate iubi pe alții?

Dar ce este iubirea?

Prietenie, atașament, îndrăgostire, sex, grijă, fidelitate, viață în comun? Există multe păreri, dar niciuna dintre ele nu este iubire.

Dezlănțuiri ale simțurilor sunt multe, dar există un singur sentiment – iubirea.

Pentru fiecare emoție există o explicație, dar nimeni nu știe să dea definiția iubirii, pentru că emoțiile se exprimă prin cuvinte, în timp ce sentimentele se exprimă prin tăcere.

Iubirea este tăcere. Iubirea îi dă omului liniște sufletească și cuvintele devin de prisos.

Ne-am obișnuit să facem totul în grabă și chiar să ne mândrim cu asta și nici nu ne dăm seama că trecem pe lângă iubire și o risipim în zadar. În grabă poți să ai doar emoții. Pe bună dreptate oamenii spun că nu știu ce este aceea iubire.

Veți recunoaște iubirea dacă vă veți rezerva câteva minute, să spunem pentru îmbrățișarea de dimineață, când plecați la serviciu. Vă veți lipi unul de celălalt în tăcere, veți simți căldura celuiilalt și veți simți că vă este bine. Vă veți privi în ochi, în tăcere, și veți vedea acolo o tandrețe adânc ascunsă – veți simți că vă este și mai bine. Parcă n-ați mai vrea să plecați glonț la serviciu. Ați simțit fericirea celui ce dă. Simțiți nevoia să se întâmple din nou, iarăși și iară. Dând, veți primi. Această zi vă va părea cea mai frumoasă din viața dumneavoastră. La serviciu veți avea spor, iar seara vă veți grăbi să ajungeți acasă, parcă ați avea aripi. Acasă vă așteaptă iubirea.

Cel mai adesea iubirea este confundată cu sexul. Fac această greșală mai ales cei tineri și neexperimentați, fiindcă părinții lor nu le-au vorbit niciodată despre iubire și sex. Ei își justifică totdeauna falsa jenă prin cuvintele – *nu știu cum să spun*. Am venit pe lume tocmai ca să învățăm. Dacă toți am fi știut, astăzi n-am mai fi existat. Dacă am recunoaște în fața copiilor noștri măcar faptul că nu știm și le-am împărtăși și lor din puținul pe care îl știm, ei ar deveni mai deștepți. Părintele care recunoaște în fața

copilului că, deși celălalt părinte l-a supărat prin fapta lui, acesta i-a rămas totuși drag în suflet, măcar pentru cum a fost la tinerețe, îi dă copilului hrană pentru ca el să mediteze. De regulă, adultul înrăit începe, împreună cu jumătatea sa, devenită dușman, să urască atât sexul cât și iubirea.

Trebuie să știți că cine pune pe primul loc iubirea sufletească are contacte sexuale rare, dar voluptatea pe care ele i-o oferă este mult mai mare.

Cine nu dă nicio importanță iubirii sufletești, ar putea să aibă o activitate sexuală tumultuoasă, dar nu va cunoaște voluptatea.

Cereți iertare nemulțumirii care s-a adunat că n-ați eliberat-o mai devreme; cereți iertare pentru greșeala dumneavoastră chakrei comunicării, mai ales părții ei dorsale — ceafa și omoplații —; cereți iertare și capului că prin aceasta i-ați blocat șuvoiul de iubire, ce pleacă de la inimă, și l-ați făcut să sufere. Migrena sau altă suferință pe care o aveți arată că nu știți să căutați în mod corespunzător cauza indispoziției dumneavoastră. Capul vă șoptește care este acel loc — exact acolo, în cap, se află creierul de unde începe gândirea incorectă. După ce nemulțumirea de sine va fi eliberată, n-o să vă mai extenuați cu munca și n-o să mai spuneți cu disperare în glas: „Nu mai vreau nimic, nu mai vreau să trăiesc”.

Iertarea pas cu pas eliberează corpul de negativitate. Cu fiecare nouă eliberare apare o schimbare în viața de zi cu zi, cu care trebuie să ne deprindem. Nu vă grăbiți, înarmați-vă cu răbdare și veți simți bucuria. Pe cel ce se grăbește, îl așteaptă o criză.

În continuare, învățați să lăsați să ceară prin dumnea-voastră nemulțumirea, astfel încât să nu rămână nimic din ce ar putea să vă facă să suferiți. În felul acesta, nițel câte nițel veți deveni mai înțelepți, dar deja fără suferințe. Dacă însă, fără să bănuți ce urmează, veți acumula nemulțumire, în curând o să pretindeți ca altcineva să vă îndrepte viața. Și chiar dacă s-ar găsi persoana aceea, oricum nu veți fi mulțumit, așa cum este cel care își aranjează singur viața, fiindcă bine, cu adevărat, este ceea ce face omul cu mâinile lui, și îndreptând răul. Fiecare realizare proprie este lecția învățată și înțelepciunea veșnică a spiritului – izvorul mulțumirii și fericirii.

Fiiți ca o sită care știe că, dacă nu sunteți un obstacol în calea răului, răul nu va fi rău pentru dumnea-voastră.

Răul devine rău, atunci când i se opune rezistență. În felul acesta, **lupta contra răului amplifică răul, iar iubirea răului micșorează răul.** Cu cât iubesc mai mult răul, cu atât binele se face mai bun. Răul înseamnă absența iubirii, iar eu sunt acela care se răzbună pentru că îi lipsește iubirea. Dacă veți fi capabili să înțelegeți, nu veți mai fi nemulțumiți de sine și de lume.

Tot ce există are doi poli.

Prea multă mulțumire de sine îl face pe om vanitos. El nu vede și nu aude acel rău care a venit să-i dea o lecție. Nu se uită în jos – *ce nevoie are, dacă totul îi merge bine.* Și cu toate acestea, răul a venit în calea lui. De ce?

Omul care, de bucurie că are o viață bună, nu învață să gândească, va deveni orb și surd. Vor rămâne oare neînvățate lecțiile lui de viață? De regulă, nu. Mai devreme sau

Alungă răul din tine

mai târziu indiferența lui arogantă va reveni, el va deveni nesăbuit și va veni ziua când va fi plesnit din plin. Dacă nu a înțeles cum le-a fost **altora** din cauza indiferenței lui, acum va simți pe *propria piele* indiferența celorlalți față de necazurile lui. N-are importanță unde se va întâmpla - acasă, la serviciu sau la spital - urme tot va lăsa. Fie că își va da seama de greșeala *sa*, fie că se va supăra pe ceilalți, spiritul lui tot va extrage înțelepciune prin experiența căpătată de corp. Înainte de o încercare grea, în acest om se concentrează o aroganță semeată față de toți - **pe care o văd doar ceilalți** - și obișnuința de a primi tot ce își dorește. Dacă acest lucru nu se întâmplă, va dori să se răzbu-ne pe cel care nu i-a satisfăcut setea lui de a câștiga. Dacă nu își va recunoaște negativitatea, situația se va complica.

Când întâlniți un astfel de om, care se uită de sus la toți ceilalți, să știți că el este lecția dumneavoastră de viață. Toate emoțiile vi se vor pune în mișcare și acestea sunt stresuri care așteaptă să fie eliberate.

Credem că știm ce este pericolul. Când suntem revoltați în sufletul nostru și spunem: „*Nu vreau!*”, este oare un pericol? Da, este un mare pericol. „*Nu vreau*” este o răutate.

Omul primește tot ce dorește. Dar dacă el nu gândește corect, va primi exact contrariul a ceea ce a gândit deoarece:

- frica frânează voința;
- răutatea distruge voința.

Pe partea dorsală a corpului se află energia voinței. Ea circulă în sus și în jos prin canalul energetic principal aflat în coloana vertebrală.

Principalii factori care distrug energia voinței sunt:

- **absența dorinței** – (își are sediul la nivelul lombar);
- **starea de obligativitate** (cu sediul în zona vertebrelor toracale inferioare);
- **exigența** (se află în zona vertebrelor dorsale superioare)
- **nemulțumirea** (în zona cervicală)
- **dorința de a fi mai bun decât ceilalți** (în zona vertebrelor cervicale superioare).

Când sunt în stare de echilibru, aceste stresuri dau vieții sens și mișcare. Când cresc peste măsură, distrug, dacă omul nu învață nimic.

În desenul de pe pagina următoare se arată locul unde sunt amplasați factorii de distrugere a energiei voinței și sfera lor de acțiune. Fiecare din ei conține cu mult mai multe elemente decât ar părea la o citire rapidă. Căutați-i și îi veți găsi în corpul dumneavoastră. Gândiți-vă și veți înțelege ce vor să vă învețe.

Despre starea de obligativitate și nemulțumire s-a vorbit detaliat în capitolul „Despre focul purificator” și în capitolul acesta.

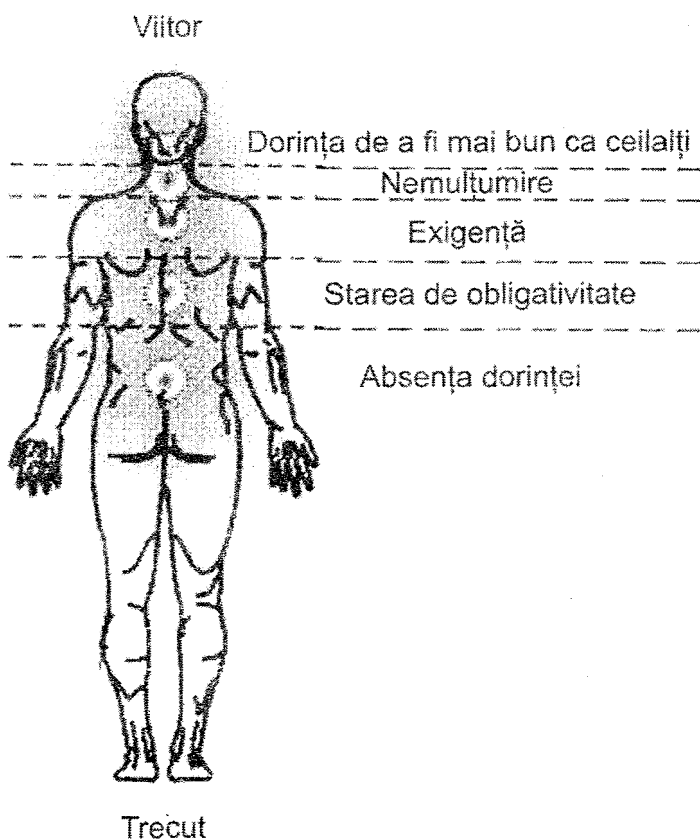
Absența dorinței de a face ceva vine să îl învețe pe om să facă cu plăcere ceea ce înainte făcea cu neplăcere. Ea spune: „*Dragă omule! Drumul vieții este plin de opreliști. În loc să spui că nu vrei, învață să le depășești cu plăcere și vei înțelege ce te învață ele. Și atunci picioarele tale nu se vor mai încăpățâna să spună că nu au chef să meargă. În caz contrar, ele vor refuza total să se miște*”.

Exigența vrea să-l învețe pe om să fie mai indulgent. Ea spune: „*Cine știe să se mulțumească cu puțin, își va*

Alungă răul din tine

atrage o mare bucurie. Cine vrea să obțină imediat ceva mare, important, va rămâne și fără puținul acela, fiindcă nu știe să aprecieze fericirea și să aibă grijă de ea”.

Dorința de a fi mai bun ca ceilalți este o necesitate atât de naturală, încât este socotită o trăsătură negativă de caracter. Copiii sunt învățați că, dimpotrivă, fiecare om trebuie să fie mai bun ca ceilalți. Viața demonstrează însă contrariul. De ce?



Ne-am obișnuit să alergăm în turmă, să fim toți la fel. Când cineva vrea să fie mai bun, trebuie să țină seama înainte. Pentru aceasta trebuie să-i strivească pe ceilalți sau să-i dea la o parte. În oricare dintre cazuri, ambele părți suferă. Așa apare invidia.

Cel care ajunge în față obosește din cauza invidiei celorlalți și, mai devreme sau mai târziu, în el va exploda răutatea contra invidioșilor. De aici începe pieirea. Forțele lui vor seca, viteza va scădea și turma îl va călca pe el în picioare. În felul acesta se produce dezvoltarea pe orizontală.

Omul care se eliberează de dorința de a fi mai bun decât ceilalți, începe să se dezvolte pe verticală.

Treptat el se depășește pe el însuși și se ridică la un nivel nou de conștiință, unde nu mai există comparații și evaluări mărunte. Acolo nu va mai fi tulburat de lupta pentru supraviețuire a celorlalți.

Este nivelul suprem, binecuvântat al vieții – liniștea sufletească.

În concluzie

Gândul guvernează viața. Un gând bun creează binele, un gând rău – răul.

Problema civilizației este femeia, dar fiecare om are gândurile lui. Prin gânduri suntem legați de viețile noastre anterioare, când am fost ori femeie, ori bărbat. Omul trebuie să se îngrijească să-și corecteze propriul mod de gândire și nu să caute defecte la alții.

Când o boală fizică este tratată în mod artificial, prin medicamente sau chirurgical, corpul este lipsit de posibilitatea de a povăui. Nenorocirea își va croi drum spre psihic. Neștiința de a da ascultare gândului povăuitor v-a adus în situația în care chinurile sufletești s-au transformat în boală fizică, care la rândul ei poate duce la deviații psihice, dacă veți continua să nu dați ascultare învățăturilor pe care vi le dă corpul. Corpul dumneavoastră este o punte care unește sufletul cu spiritul. Rezistența acestei punți este determinată de capacitatea dumneavoastră de a raționa. Ea v-a fost dată de Dumnezeu pe vecie și se dezvoltă spre viitor.

Pentru aceasta trebuie să învățați să discutați cu cel care este cel mai deștept – cu dumneavoastră înșivă.

Ați ajuns la capătul cărții, dar, dacă tot mai simțiți că ceva nu este în ordine, învățați să vă iubiți țelurile și să descoperiți iubirea sufletească. Treptat lucrurile se vor aranja și dorințele vi se vor îndeplini grație forței iubirii descătusate care curge dinspre dumneavoastră spre ceilalți. Adevărata fericire poate să o afle numai cel care dăruiește. Eliberați-vă de disperarea că „*nimeni nu are nevoie de iubirea mea*” și veți vedea că este nevoie de ea. Orbiți de stresuri, ați încetat să mai vedeți binele. Dacă veți învăța să iubiți viața necondiționat, răul va înceta să mai existe. El va deveni o parte componentă necesară și firească a vieții.

Fericit este cel a cărui iubire curge spre ceilalți.

Fericit va fi cel care prin iertare va pune în mișcare suvoiul de iubire.

CUPRINS

Lecția civilizației	7
Părinții soților și soțiilor	22
Despre sensul nonsensului	30
Răutatea irațională	34
Părinții visurilor noastre	38
Cea mai simplă răutate complexă	49
Despre cât de greu este să ierți	72
Respiră ca să fii sănătos	81
Stresul – prieten sau dușman?	84
Planeta durerii sufletești – Pământul	91
Despre minciună	104
Despre ajutorul acordat celor care țină după el	109
Despre dorința de a fi foarte puternic	116
Meditația sau o discuție cu gândurile noastre	121
Despre a primi și despre neputință	135
Deprimarea provocată de oameni	152
Despre focul purificator	155
Dorința de perfecțiune	164
Singurătatea ca una din formele de existență a omenirii	172
Viața ca un curent alternativ	178
Rece. Cald. Fierbinte, fierbinte	192
Răutatea cinstită și răutatea mincinoasă	198
Despre bărbați și pentru bărbați	206
Reversul binelui excesiv	211
Copiii se nasc dintr-un sărut	221
Ghid de viață	240
Cum să ne deșteptăm fără a suferi	274
În concluzie	284

Luule Viilma a sistematizat învățătura sa în
șapte volume.

Acesta este
volumul 2 - partea a 2-a

Au apărut:

Volumul 1	Lumina sufletului
Volumul 2 – partea 1	Să stagnezi sau să evoluezi
Volumul 2 – partea 2	Alungă răul din tine

În pregătire:

Volumul 3 – partea 1	Căldura speranței
Volumul 3 – partea 2	Izvorul luminos al iubirii
Volumul 4	Durerea este în sufletul tău
Volumul 5 – partea 1	În armonie cu tine însuși
Volumul 5 – partea 2	Iertarea adevărată și iertarea mimată
Volumul 6	Învățătură despre supraviețuire